

Sporting Clube de Espinho

Secção de Natação

Relatório de Atividades - Mês de Setembro



Reuniões Externas da Secção de Natação

- No dia 2, a dirigente Fernanda Rocha e diretor técnico Carlos Silva compareceram à reunião organizada pela Câmara Municipal de Espinho, referente à 2ª Gala do Desporto de Espinho.
- No dia 19, os nossos técnicos e dirigentes foram convocados pela Associação de Natação de Aveiro, para uma reunião, onde foram abordados os seguintes temas: i) análise do regulamento da Associação de Natação de Aveiro ii) calendário competitivo regional e inter-regional para a época 2014/2015; iii) requerimento de instalações desportivas para a realização das competições. Estiveram presentes, como representantes do Sporting Clube de Espinho, o dirigente Paulo Freitas e o diretor técnico Carlos Silva.

Reuniões Internas da Secção de Natação

- No início do mês a Secção de Natação realizou uma reunião técnica com o dirigente Paulo Freitas, o diretor técnico Carlos Silva e a responsável técnica da natação sincronizada Ana Tavares, preparado o arranque da época desportiva.
- Durante o mês, a Secção de Natação realizou uma reunião técnica com as treinadoras de natação sincronizada, Adriana Helena, Ana Tavares e Joana Silva.
- Durante o mês, a Secção de Natação realizou duas reuniões técnicas com os treinadores de natação pura, Carlos Silva, Rita Freitas, Rui Aires e Tiago Marques, e os dirigentes Fernanda Rocha e Paulo Freitas.

2ª Gala do Desporto de Espinho

- A secção de Natação do Sporting Clube de Espinho esteve presente na **2ª Gala do Desporto de Espinho**, realizada na Nave Desportiva de Espinho no dia 26 de Outubro, com os seus nadadores de natação pura,

sincronizada e adaptada, participando na coreografia representativa das modalidades praticadas pelos clubes e coletividades do Concelho de Espinho.

✓ **Natação Pura**

Inscrições de Nadadores na Federação Portuguesa de Natação

- Para o escalão de Pré-Competição 1, foram federados 15 nadadores nascidos entre 2006 e 2008.
- Para o escalão de Pré-Competição 2, foram federados 13 nadadores nascidos entre 2004 e 2007.
- Para o escalão de Cadetes, foram federados 18 nadadores nascidos entre 2003 e 2005.
- Para o escalão de Infantis, foram federados 9 nadadores nascidos entre 2001 e 2003.
- Para o escalão de Juvenis, foram federados 5 nadadores nascidos entre 2000 e 2001.
- Para o escalão de Juniores, foram federados 12 nadadores nascidos entre 1997 e 1999.
- Para o escalão de Seniores, foram federados 4 nadadores nascidos entre 1992 e 1996.

No total, foram inscritos na Federação Portuguesa de Natação, 76 nadadores dos diferentes escalões competitivos.

Unidades de Treino Realizadas

- Para o escalão de Pré-Competição 1, foram realizados 8 unidades de treino.
- Para o escalão de Pré-Competição 2, foram realizados 7 unidades de treino para os nadadores dos escalões D e 10 unidades de treino para os nadadores dos escalões B e C.
- Para o escalão de Cadetes, foram realizados 12 unidades de treino.
- Para o escalão de Infantis, foram realizados 17 unidades de treino.

- Para os escalões de Juvenis, Juniores e Seniores foram realizadas 18 unidades de treino.

No total, foram realizados 65 unidades de treino.

✓ **Natação Sincronizada**

Unidades de Treino Realizadas

- Para o escalão de Experiência SincroKID, foram realizados 3 unidades de treino.
- Para o escalão de Exibição Iniciação + Nível 1, foram realizados 9 unidades de treino.
- Para o escalão de Exibição Nível 2, foram realizados 9 unidades de treino.
- Para o escalão de Exibição Nível 3, foram realizados 9 unidades de treino.

No total, foram realizados 65 unidades de treino.