

Sporting Clube de Espinho

Secção de Nataação



Relatório de Atividades - Mês de Setembro e Outubro 2017

Reuniões Externas da Secção de Nataação

- No dia **25 de Setembro** foi realizada uma reunião técnica de nataação adaptada na sede da Associação de Nataação do Centro Norte de Portugal sobre o calendário competitivo da época 2017/2018 bem como a realização de estágios onde estiveram presentes o delegado Paulo Freitas e a treinadora Rita Freitas.
- No dia **29 de Setembro** foi realizada uma reunião técnica de nataação pura na sede da Associação de Nataação do Centro Norte de Portugal sobre o calendário competitivo da época 2017/2018 onde esteve presente o treinador Carlos Silva.

Reuniões Internas da Secção de Nataação

- No dia **27 de Setembro** foi realizada uma reunião técnica de nataação pura para discutir a proposta de calendário da Associação de Nataação do Centro Norte de Portugal.

Sessão Fotográfica SCE – Época 2017/2018

Foi realizado no dia **30 de Setembro**, a habitual sessão fotográfica de todos os nadadores, treinadores e dirigentes da secção de nataação.



Todas as **fotografias dos escalões** podem ser consultadas no *website* da secção, no *link*: <http://www.scenatacao.com/index.php/equipas>. As fotografias

individuais podem ser consultadas no menu **Atletas**, no *website* da secção em www.scenatacao.com.

III Convenção da Federação Portuguesa de Natação



Realizou-se no passado dia **14 de Outubro**, a 3ª edição da **Convenção da Federação Portuguesa de Natação**, na Universidade de Coimbra. Os treinadores Carlos Silva, Rita Freitas e Tiago Marques estiveram presentes na convenção, garantindo uma formação especializada na área da natação pura.

V Gala do Desporto - Espinho 2017



Realizou-se no passado dia **28**, a 5ª edição da **Gala do Desporto de Espinho**, na Nave Desportiva, organizada pela Câmara Municipal de Espinho. A Secção de Natação esteve representada pelo dirigente Paulo Freitas e pelos treinadores Tiago Marques e Joana Silva, onde os nadadores do escalão de pré-competição 2, cadetes e natação sincronizada fizeram parte do espetáculo da gala.

Natação Pura

Filiações Realizadas na Federação Portuguesa de Natação

- Para o escalão de **Pré-Competição 1**, foram realizadas 14 filiações.
- Para o escalão de **Pré-Competição 2**, foram realizadas 17 filiações.
- Para o escalão de **Cadetes**, foram realizadas 20 filiações.
- Para o escalão de **Infantis**, foram realizadas 10 filiações.
- Para os escalões de **Juvenis, Juniores e Seniores** foram realizadas 18 filiações.

No total, foram realizados 79 filiações de natação pura.

Unidades de Treino Realizadas

- Para o escalão de **Pré-Competição 1**, foram realizados 8 unidades de treino em setembro e 9 unidades de treino em outubro.
- Para o escalão de **Pré-Competição 2**, foram realizados 9 unidades de treino em setembro e 13 unidades de treino em outubro.
- Para o escalão de **Cadetes**, foram realizados 12 unidades de treino em setembro e 17 unidades de treino em outubro.
- Para o escalão de **Infantis**, foram realizados 16 unidades de treino em setembro e 24 unidades de treino em outubro.
- Para os escalões de **Juvenis, Juniores e Seniores** foram realizadas 16 unidades de treino em setembro e 24 unidades de treino em outubro.

No total, foram realizados 61 unidades de treino em setembro e 87 unidades de treino em outubro.

Competições

- Nos dias 21 e 22 de Outubro, as equipas de infantis, juvenis e absolutos da Secção de Natação do Sporting Clube de Espinho estiveram presentes no **Torneio Regional de Abertura**. Este foi um torneio organizado pela Associação de Natação do Centro Norte de Portugal e organizado nas Piscinas Municipais de Castro D'Aire. Estiveram presentes 362 nadadores em representação de 17 clubes. **O Sporting Clube de Espinho esteve presente com 24 nadadores** (15 masculinos e 9 femininos). Os destaques individuais foram os nadadores **Alexandre Stasyuk** (Infantil A) classificando-se em 1º lugar nos 100m Bruços, 3º lugar nos 100m Livres e 6º lugar nos 200m Livres e **Maria Inês Poinho** (Júnior B) ao ficar em 1º lugar nos 100m Bruços, 2º lugar nos 200m Bruços, tendo ficado também em 11º lugar nos 100m Livres. O grande destaque coletivo foi a estafeta sénior na prova de 4x100m Livres, com os nadadores os nadadores **Bernardo Costa, Rodrigo Monteiro, Tiago Marques e Vasco Tavares**, ao ficarem em 1º lugar. Também em destaque estiveram os nadadores Ana Rita Monteiro, **Bernardo Costa, Celso Pinho, Francisco Almeida, Gustavo Marques, Igor Oliveira, Inês Melo, Marta Oliveira, Miguel Vaz, Rodrigo Rocha,**

Salomé Monteiro, Tiago Marques e Vasco Tavares, por terem alcançado lugares de pódio.



Os nadadores **Diogo Mendes, Gustavo Marques, João Poinho e Miguel Vaz** obtiveram o 3º lugar na estafeta de 4x100m Livres na categoria de Absolutos. **No final da competição foram batidos 48 recordes pessoais** (incluindo tempos parciais) **com 27 pódios** (3 ouro, 14 prata e 10 bronze). A notícia desta competição pode ser consultada no nosso *website*, no seguinte *link*:
<http://www.scenatacao.com/index.php/17-noticias/936-torneio-regional-de-abertura-inf-juv-abs-21-e-22-out-2017-castro-da-ira>

- No dia 28 de Outubro, a secção de natação do Sporting Clube de Espinho esteve presente na **Qualificação para o Campeonato Nacional de Clube da 3ª Divisão**. Esta Qualificação foi organizada pela Federação Portuguesa de Natação e realizada nas Piscinas Municipais de Bragança. Estiveram presentes 151 nadadoras em representação de 24 clubes. Apenas os primeiros 11 classificados foram qualificados para o Campeonato Nacional de Clubes da 3ª Divisão a realizar na Guarda no dia 1 de Dezembro. O Sporting Clube de Espinho obteve o 15º lugar

em 24 equipas em competição, com 144 pontos, não conseguindo a qualificação, apesar do empenho e esforço de todas as nadadoras.



A nadadora que pontuou mais foi a **Inês Melo** ao conseguir um total de 41 pontos ao ficar em 9º lugar nos 100 e 200m Mariposa e em 16º lugar nos 100m Livres. **Sara Castelo** ao ficar em 10º lugar nos 100m Bruços, 13º lugar nos 50m Livres e 17º lugar nos 200m Estilos, pontuou um total de 35 pontos. **Salomé Monteiro** pontuou 29 pontos ao ter obtido o 13º lugar nos 100m Costas, 15º lugar nos 200m Costas e 18º lugar nos 800m Livres. **Maria Inês Poinho**, que participou pela primeira vez uma prova nacional de clubes, ficou em 17º lugar nos 200m Bruços, pontuando 8 pontos. **Ana Rita Monteiro** que também se estreou em provas nacionais de clubes, ficou em 18º lugar nos 400m Livres, obtendo 7 pontos. Nas estafetas de 4x100m Estilos e de 4x100m Livres, as nadadoras **Ana Rita Monteiro, Inês Melo, Salomé Monteiro e Sara Castelo** obtiveram o 12º e 14º lugar respetivamente, pontuando um total de 24 pontos. A notícia desta competição pode ser consultada no nosso website, no seguinte link: <http://www.scenatacao.com/index.php/17-noticias/939-campeonato-nacional-de-clubes-fase-de-qualificacao-28-out-2017-braganca>

Masters

Competições

- No dia **29**, a secção de natação do Sporting Clube de Espinho esteve presente no **Troféu Pescada - José Carlos Freitas**, uma prova de preparação para o escalão de Masters. A prova foi organizada pela ANNP -



Associação de Natação do Norte de Portugal e realizada nas Piscinas do Clube Fluvial Portuense. Estiveram presentes 148 nadadores em representação de 19 clubes. **O Sporting Clube de Espinho esteve representado pelo nadador master António Canelas que ficou em 1º lugar nas provas de 200m Bruços e 200m Livres.** A notícia desta competição pode ser consultada no nosso *website*, no seguinte *link*: <http://www.scenatacao.com/index.php/17-noticias/940-trofeu-pescada-jose-carlos-freitas-29-out-2017-porto>

Natação Sincronizada

Filiações Realizadas na Federação Portuguesa de Natação

- Para a **Turma 1**, foram realizadas 5 filiações.
- Para a **Turma 2**, foram realizadas 5 filiações.
- Para a **Turma 3**, foram realizadas 4 filiações.
- Para a **Turma 4**, foram realizadas 9 filiações.

No total, foram realizados 23 filiações de natação sincronizada.

Unidades de Treino Realizadas

- Para a **Turma 1**, foram realizados 2 unidades de treino em setembro e 4 unidades de treino em outubro.
- Para a **Turma 2**, foram realizados 13 unidades de treino em setembro e 12 unidades de treino em outubro.
- Para a **Turma 3**, foram realizados 13 unidades de treino em setembro e 12 unidades de treino em outubro.
- Para a **Turma 4**, foram realizados 12 unidades de treino em setembro e 18 unidades de treino em outubro.

No total, foram realizados 40 unidades de treino em setembro e 46 unidades de treino em outubro.