

Sporting Clube de Espinho

Secção de Natação

Secção de Desporto Adaptado

Relatório de Atividades - Mês de Junho 2019



XXIX Festival de Natação SCE

No dia **29**, a Secção de Natação do Sporting Clube de Espinho organizou o seu **XXIX Festival de Natação**. A bancada apresentou-se bem composta de uma assistência na sua maioria familiares dos nadadores que tiveram a oportunidade de ver a evolução dos nadadores e a distinção daqueles que se destacaram nesta presente época 2018/2019. Neste Festival estiveram presentes os escalões de competição de Natação Pura (Pré-Competição 1, Pré-Competição 2, Cadetes, Infantis, Juvenis, Juniores e Seniores), as classes de Natação Artística e os nadadores de Natação Adaptada.



Na primeira parte do Festival, foi realizado um **torneio com os nadadores de Natação Pura e Natação Adaptada**, seguindo-se um **espetáculo de Natação Artística** com apresentação de 7 esquemas com as nadadoras Adriana Santos,

Ana Sofia Freitas, Ana Sofia Silva, Áurea Matos, Bárbara Gomes, Bárbara Mendonça, Carolina Cardoso, Carolina Fernandes, Carolina Marinho, Inês Meireles, Leonor Nunes, Maria Ferro, Maria Miguel Castro, Maria Ferro, Maria Pinto, Matilde Reis, Matilde Rodrigues e Sara Rafael. **Após o torneio de natação pura e adaptada, foi realizado uma prova de estafetas com pais e avós dos nadadores, ao qual a secção agradece a sua participação.** Relativamente ao torneio da natação pura, foram entregues medalhas aos três primeiros lugares de cada grupo competitivo. Assim, as classificações foram:

Natação Pura e Adaptada – Femininos

Grupo 1 - 1º - Francisca Branco | 2º - Mariana Azevedo | 3º - Leonor Neves

Grupo 2 - 1º - Mafalda Cardoso | 2º - Clara Rodrigues | 3º - Marta Sousa

Grupo 3 - 1º - Inês Melo | 2º - Ana Cristina Lima | 3º - Sara Castelo

Grupo 4 (Adaptada) - 1º -Jéssica Ferreira | 2º - Luísa Félix

Natação Pura e Adaptada - Masculinos

Grupo 1 - 1º - António Neves | 2º - Alexis Oliveira | 3º - Rodrigo Moreira

Grupo 2 - 1º - João Castro | 2º - João Neves | 3º - Francisco Santos

Grupo 3 - 1º - Rodrigo Rodrigues | 2º - Guilherme Pinto | 3º - Afonso Rafael

Grupo 4 - 1º - Francisco Almeida | 2º - Celso Pinho | 3º - João Rocha

Grupo 5 - 1º - Tiago Marques | 2º - Miguel Vaz | 3º - Vasco Tavares

Grupo 6 - (Adaptada) - 1º - João Amaral | 2º - Diogo Cruz | 3º - José Pedro Ferreira

Além das medalhas, foram entregues também **prémios aos nadadores relativamente à Época 2018/2019.**

Natação Pura

Prémio **Atleta Revelação** – Rodrigo Rodrigues

Prémio **Atleta do Ano** – Francisco Almeida

Prémio **Tigre** – Celso Pinho e Rodrigo Rocha

Pódios Zonais - Rodrigo Rodrigues e Rodrigo Rocha

Pódios Zonais a Treinadores - Carlos Silva e Rita Freitas

Pódios Regionais - Francisco Almeida, Rodrigo Monteiro, Rodrigo Rocha, Rodrigo Rodrigues, Tiago Marques e Vasco Tavares

Recordes Regionais ANCNP - Rodrigo Rodrigues

Natação Sincronizada

Prémio **Atleta Revelação** – Matilde Rodrigues

Prémio **Atleta do Ano** – Maria Ferro

Prémio **Tigre** – Carolina Marinho

Natação Adaptada

Prémio **Atleta do Ano** – Vera Cardoso

Prémio **Atleta Revelação** – Diogo Cruz

Prémio **Tigre** – João Amaral

Pódios Nacionais – Nadadores Natação Adaptada - Vera Cardoso, João Amaral e Diogo Cruz

Pódios Nacionais a Treinadores Natação Adaptada - Carlos Silva, Rita Freitas e Tiago Marques



Neste Festival, a Secção de Natação contou com a presença de diversas entidades e personalidades: **Quirino Jesus**, Vereador da Câmara Municipal de Espinho, **Nuno Almeida**, Presidente da Junta de Freguesia Anta-Guetim, **José Teixeira**, em representação da Junta de freguesia de Silvalde, o Presidente do S. C. Espinho, **Bernardo Almeida**, o patrocinador **José António**, dos Restaurantes Espaços do Zé e **Joana Cardoso**, árbitra nacional de natação artística.

Natação Pura

Unidades de Treino Realizadas

- Para o escalão de **Pré-Competição 1**, foram realizadas 8 unidades de treino.
- Para o escalão de **Pré-Competição 2**, foram realizadas 12 unidades de treino.
- Para o escalão de **Cadetes**, foram realizadas 15 unidades de treino.
- Para o escalão de **Infantis**, foram realizadas 22 unidades de treino.
- Para os escalões de **Juvenis, Juniores e Seniores** foram realizadas 22 unidades de treino.

No total, foram realizadas 79 unidades de treino.

Competições

- No dia **1**, a **equipa de Cadetes da secção de natação do Sporting Clube de Espinho** participou no **III Torregri**. Esta foi uma prova organizada pela ANCNP - Associação de Natação do Centro Norte de Portugal e realizada nas Piscinas do Colégio da N^a Senhora da Apresentação em Calvão, Vagos. **O Sporting Clube de Espinho esteve presente com 14 nadadores** (7 masculinos e 7 femininos). Em destaque estiveram os nadadores **João Castro, Guilherme Pinto e Raquel Monteiro**, por terem obtido pódios em provas que participaram. Também em destaque, nas provas de estafetas, em 4x50m Livres Masculinos no escalão de Cadete B, os nadadores **Francisco Santos, João Neves, Raul Sousa e Manuel Oliveira** obtiveram o 1^o lugar. Também em 1^o lugar

ficaram os nadadores **Ana Carolina Moreira, Raquel Monteiro, Guilherme Pinto e Guilherme Rocha** na estafeta mista de 4x100m Estilos. Na prova dos 100m Livres, as nadadoras **Rita Sousa, Ana Filipa Silva, Raquel Monteiro e Ana Carolina Moreira**, na categoria de Cadete A, obtiveram o 3º lugar. **No final da competição foram batidos 57 recordes pessoais e 9 pódios (3 de ouro e 6 de bronze).**



A notícia desta competição pode ser consultada no nosso *website*, no seguinte *link*: <http://www.scenatacao.com/index.php/17-noticias/1171-iii-torregri-9-podios-para-o-sce-1-jun-2019-vagos>

- No dia **9**, a secção de natação do Sporting Clube de Espinho esteve presente no **III Torneio de Natação de Castro D'Aire**. Este foi um torneio organizado pela secção de natação "O Crasto", em parceria com a ANCNP - Associação de Natação do Centro Norte de Portugal. **O Sporting Clube de Espinho esteve presente com 15 nadadores** (7 masculinos e 8 femininos). Os destaques da competição foram **Francisco Santos, Guilherme Pinto, Guilherme Rocha, João Castro, Mariana Sá e Raquel Monteiro**. Também as estafetas estiveram em destaque. Na prova dos 4x50m Estilos Masculinos, **Guilherme Pinto, João Castro, Francisco Santos e Guilherme Rocha**, classificaram-se em 2º lugar. Os nadadores **Guilherme Pinto, Raul Sousa, Francisco Santos e Guilherme Rocha**, classificaram-se em 3º lugar nos 4x50m Livres. Na prova dos 4x25m Estilos Misto, os nadadores **João Neves, Bárbara Barbosa, Francisca Branco e Raul Sousa**, ficaram em 3º lugar.



No final da competição o SCE obteve o 3º lugar por equipas, com 189 pontos, onde foram batidos 33 recordes pessoais e obtidos 12 pódios (2 ouro, 3 prata e 7 bronze). A notícia desta competição pode ser consultada no nosso *website*, no seguinte *link*: <http://www.scenatacao.com/index.php/17-noticias/1175-iii-torneio-de-natacao-de-castro-daie-sce-em-3-lugar-9-jun-2019-castro-daie>

- No dia 10, a secção de natação do Sporting Clube de Espinho participou no **30º Torneio de Natação - Cidade de Estarreja**. Este foi um torneio organizado pela secção de natação do Clube Desportivo de Estarreja, em parceria com a ANCNP - Associação de Natação do Centro Norte de Portugal e decorreu no Complexo de Desporto e Lazer de Estarreja.



O Sporting Clube de Espinho esteve presente com 9 nadadores (4 femininos e 5 masculinos). A classificação da prova foi realizada de forma

absoluta, não tendo em consideração o escalão competitivo dos nadadores. **No final da competição foram batidos 3 recordes pessoais e o SCE classificou-se em 13º lugar com 84 pontos, em 18 equipas participantes.** A notícia desta competição pode ser consultada no nosso website, no seguinte link: <http://www.scenatacao.com/index.php/17-noticias/1176-30-torneio-de-natacao-cidade-de-estarreja--10-jun-2019-estarreja>

- Nos dias **15 e 16**, a equipa de infantis e juvenis da sessão de natação do Sporting Clube de Espinho esteve presente no **Torneio de Preparação**. Este torneio foi organizado pela ANCNP - Associação de Natação do Centro Norte de Portugal e realizado nas Piscinas Municipais da Mealhada. **O Sporting Clube de Espinho esteve presente 14 nadadores** (9 masculinos e 5 femininos).



Em destaque estiveram os nadadores **Francisco Almeida e Rodrigo Rodrigues** por **vencerem todas as provas** em que participaram. **Rodrigo Rodrigues** (Infantil B) venceu as provas de 100m Livres, 100m Costas e 100m Mariposa, batendo o Recorde Regional da ANCNP nas provas de 100m Costas e 100m Mariposa. **Francisco Almeida** (Juvenil B) ficou em 1º lugar nos 100m Costas e 100 e 200m Bruços, tendo nesta última obtido o tempo mínimo de participação no Campeonato Nacional de Juvenis, onde já irá competir nas provas de 100m Bruços e 100m Mariposa. Também em destaque estiveram os nadadores **Celso Pinho, Francisca Silva, Mafalda Cardoso, Marta Oliveira e Rodrigo Rocha** por terem obtidos lugares de pódio nas provas em que participaram. **No**

final da competição foram batidos 37 recordes pessoais (incluindo tempos parciais), **3 Recordes do Clube** (Francisco Almeida nos 200m Bruços (Juvenil B) e Rodrigo Rodrigues nos 100m Costas e 100m Mariposa (Infantil B)), **2 Recordes Regionais ANCNP** (Rodrigo Rodrigues nos 100m Costas e 100m Mariposa (Infantil B)), **4 novos tempos de admissão para campeonatos nacionais e 14 pódios** (8 ouro, 5 prata e 1 bronze). A notícia desta competição pode ser consultada no nosso *website*, no seguinte *link*: <http://www.scenatacao.com/index.php/17-noticias/1178-torneio-de-preparacao-inf-juv-14-podios-e-2-recordes-regionais-para-o-sce-15-e-16-jun-2019-mealhada>

- No dia **22**, a secção de natação do Sporting Clube de esteve presente no **13º Torneio de Natação AEJ 2019**. Este foi um torneio organizado pela Associação Estamos Juntos (AEJ) em parceria com a ANCNP - Associação de Natação Centro Norte de Portugal. A prova foi realizada nas Piscinas do Complexo Paulo Pinto, em São João da Madeira. Estiveram presentes 297 nadadores em representação de 20 clubes das Associações de Natação do Centro Norte de Portugal, Norte de Portugal, Leiria, Nordeste e Interior Centro.



O Sporting Clube de Espinho esteve presente com 12 nadadores (8 masculinos e 4 femininos). A classificação final foi feita em regime

absoluto, não tendo em conta o escalão competitivo dos nadadores. **Em destaque estiveram os nadadores Celso Pinho, Francisco Almeida, Rodrigo Rocha e Rodrigo Rodrigues, por terem atingido a melhor performance do seu escalão competitivo, em pelo menos uma prova em que participaram.**

Apenas participando neste torneio com nadadores Infantis e Juvenis, onde a classificação era realizada de forma absoluta, a equipa do SCE obteve, na classificação final coletiva, o 11º lugar em 19 clubes. No final da competição, foram batidos **18 recordes pessoais** (incluindo tempos parciais), dos quais **1 Recorde do Clube**: Rodrigo Rodrigues - 100m Costas (RC Infantil B). A notícia desta competição pode ser consultada no nosso *website*, no seguinte *link*: <http://www.scenatacao.com/index.php/17-noticias/1181-25-torneio-aej-8-podios-por-escalao-para-o-sce-22-jun-2019-sj-madeira>

Natação Masters

Competições

- Nos dias **1 e 2**, a secção de natação do Sporting Clube de Espinho esteve presente no **Saint Petersburg Open 2019 - Internacional Swimming Tournament**, tornando a secção de natação cada vez mais internacional. Esta prova foi uma competição para o **escalão de Masters**, organizada pela Federação Russa de Natação, fazendo parte o calendário oficial da LEN - Liga Europeia de Natação.



O Sporting Clube de Espinho esteve presente com o nadador **António Canelas** que arrecadou três pódios em quatro provas que competiu. António Canelas ficou em 2º lugar nos 100 Mariposa e 50m Bruços. 3º lugar nos 50m Mariposa e 4º lugar nos 100m Livres. A notícia desta competição pode ser consultada no nosso *website*, no seguinte *link*:

<http://www.scenatacao.com/index.php/17-noticias/1173-saint-petersburg-open-2019-internacional-swimming-tournament-canelas-com-3-podios-1-e-2-jun-2019-saint-petersburg-russia>

- Nos dias **22 e 23**, a equipa de masters da secção de natação do Sporting Clube de Espinho esteve presente no **IV Torneio Master do Douro Vinhateiro – Património Mundial**. Este foi um torneio organizado pela ARNN - Associação Regional de Natação do Nordeste e realizado nas Piscinas Municipais de Santa Marta de Penaguião.



Estiveram presentes 221 nadadores, em representação de 34 clubes, portugueses e espanhóis. **O Sporting Clube de Espinho esteve presente com nadadores 5 nadadores** (4 masculinos e 1 femininos). **António Canelas** (Escalação I) ficou em 1º lugar nos 50m Mariposa, 100m Estilos e 100m Bruços e em 2º lugar nos 50m Livres, 50m Costas e 50m Bruços, obtendo o 1º lugar no Troféu de Nadador Completo do seu escalão com um total de 1460 pontos. **Domingos Ferreira** (Escalação I) obteve o 1º lugar nos 100 e 400m Livres e o 4º lugar nos 50m Costas e 50m Livres. **Filipe Moreno** (Escalação D) obteve o 1º lugar nos 100m Costas, 2º lugar nos 400m Livres e 13º lugar nos 50m Livres. **Fábio Floriano** (Escalação G) classificou-se em 2º lugar nos 50m Bruços, 3º lugar nos 100m Bruços e 9º lugar nos 50m Livres. **Manuela Oliveira** (Escalação E) ficou em 2º lugar nos 100m Costas, 4º lugar nos 50m Bruços e 50m Livres e em 5º lugar nos 50m Mariposa e 50m Costas, obtendo o 4º lugar no Troféu de Nadador Completo do seu escalão com um total de 1173 pontos. **No final da competição, foram alcançados 13 pódios** (6 ouro, 6 prata e 1 bronze). A notícia desta competição pode ser consultada no nosso *website*, no seguinte *link*: <http://www.scenatacao.com/index.php/17-noticias/1182-iv-torneio->

- No dia **29**, a secção de natação do Sporting Clube de Espinho, participou no **Campeonato Nacional de Águas Abertas de Verão de Masters 3km**. O Campeonato Nacional de Águas Abertas de Verão de Masters 3km decorreu na Barragem do Alto Rabagão (Concelho de Montalegre). **Yolanda Rlienderhoff** (Escalação D) sagrou-se **Vice-Campeã Nacional nos 3km** com o tempo de 58 minutos e 39 segundos. **Domingos Ferreira** (Escalação I) obteve o 3º lugar nos 3km com o tempo 1 hora, 2 minutos e 16 segundos. **Mirley Santos** (Escalação G) classificou-se em 4º lugar nos 3km, com o tempo 1 hora, 14 minutos e 52 segundos.



Em paralelo a este Campeonato, realizou-se o **1º Meeting Internacional de Águas Abertas de Montalegre** onde participaram na prova dos 500m, os nadadores **António Canelas** e **Fábio Floriano** que se classificaram em 5º e 7º lugar, respetivamente, na classificação absoluta. A notícia desta competição pode ser consultada no nosso *website*, no seguinte *link*: <http://www.scenatacao.com/index.php/17-noticias/1186-campeonato-nacional-de-aguas-abertas-de-verao-de-masters-3km-sce-com-2-podios-29-jun-2019-montalegre>

Natação Sincronizada

Unidades de Treino Realizadas

- Para a **Turma 1**, foram realizadas 15 unidades de treino.
- Para a **Turma 2**, foram realizadas 15 unidades de treino.
- Para a **Turma 3**, foram realizadas 6 unidades de treino.

No total, foram realizadas 36 unidades de treino.