

Sporting Clube de Espinho

Secção de Natação

Secção de Desporto Adaptado



Relatório de Atividades - Mês de Maio 2019

Natação Pura

Unidades de Treino Realizadas

- Para o escalão de **Pré-Competição 1**, foram realizadas 9 unidades de treino.
- Para o escalão de **Pré-Competição 2**, foram realizadas 12 unidades de treino.
- Para o escalão de **Cadetes**, foram realizadas 18 unidades de treino.
- Para o escalão de **Infantis**, foram realizadas 24 unidades de treino.
- Para os escalões de **Juvenis, Juniores e Seniores** foram realizadas 24 unidades de treino.

No total, foram realizadas 87 unidades de treino.

Competições

- Nos dias **4 e 5**, a equipa de Infantis, Juvenis e Absolutos da secção de natação do Sporting Clube de Espinho esteve presente **no Torneio Regional de Clubes**, organizado pela ANCNP – Associação de Natação do Centro Norte de Portugal. O Torneio decorreu nas Piscinas Municipais da Gafanha da Encarnação. **O Sporting Clube de Espinho esteve presente com 20 nadadores** (12 masculinos e 8 femininos). De acordo com o regulamento, a classificação coletiva era feita de acordo com a classificação absoluta de cada prova, onde apenas o melhor nadador de cada clube pontuava. **O Sporting Clube de Espinho classificou-se em 8º lugar com 166 pontos, subindo dois lugares em relação à classificação do ano anterior.** Em destaque estiveram **Francisco Almeida e Inês Melo**, por terem sido os nadadores que mais pontuaram para a classificação final da equipa. **Francisco Almeida** (Juvenil B)

obteve o 7º lugar nos 50m e 100m Livres, 8º lugar nos 100m Mariposa e 9º lugar nos 200m Mariposa, somando 35 pontos para a equipa. Francisco Almeida obteve ainda o tempo mínimo de admissão aos Campeonatos Nacionais de Juvenis na prova dos 100m Mariposa, somando ao mínimo já obtido na prova dos 100m Bruços. **Inês Melo** (Sénior) somou 34 pontos ao ter ficado em 7º lugar nos 100m Livres e 200m Mariposa, 8º lugar nos 50m Livres e 9º lugar nos 100m Mariposa.



No final da competição foram batidos 27 recordes pessoais (incluindo tempos parciais), dos quais 3 recordes do clube: Francisco Almeida – 100m Mariposa (RC Juv A), Estafeta Mista 4x100m Estilos com os nadadores Gustavo Marques, Tiago Marques, Inês Melo e Ana Cristina Lima e a Estafeta Mista 4x100m Livres com os nadadores Francisco Almeida, Inês Melo, Rodrigo Monteiro e Ana Cristina Lima. A notícia desta competição pode ser consultada no nosso *website*, no seguinte *link*: <http://www.scenatacao.com/index.php/17-noticias/1158-torneio-regional-de-clubes-4-e-5-maio-2019>

- Nos dias **11 e 12**, a equipa de infantis e juvenis da Secção de Natação do Sporting Clube de Espinho participou no **Torneio Nadador Completo de**

Juvenis (provas obrigatórias de 100m Mariposa, 100m Costas, 100m Bruços, 100m Livres e 200m Estilos) e **Torneio Regional de Fundo de Infantis** (provas obrigatórias de 1500m Livres e os 400m Estilos Masculinos e 800m Livres e 400m estilos Femininos). Estiveram presentes 176 nadadores em representação de 15 clubes. **O Sporting Clube de Espinho esteve presente com 11 nadadores** (3 femininos e 8 masculinos). A classificação final em ambas as provas, foi realizada através da soma dos pontos FINA de cada prova realizada por cada nadador, onde foi atribuído um diploma até ao 8º classificado por escalão (Infantis B, Infantis A; Juvenis B e Juvenis A). Se o nadador for desclassificado, a atribuição de pontos é nula.



Relativamente ao **Torneio Nadador Completo no escalão de Juvenis**, **Francisco Almeida** foi o grande destaque da prova ao obter o 1º lugar no escalão de Juvenis B, com 2182 pontos, após obter o 1º lugar nos 100m Livres, 100m Bruços, 100m Mariposa e 200m Estilos e o 2º lugar nos 100m Costas. No **Torneio Regional de Fundo de Infantis** no escalão Infantis, o grande destaque foi o nadador **Rodrigo Rodrigues** ao ficar em 1º lugar no escalão de Infantis B com 716 pontos, tendo obtido o 1º lugar nos 400m

Estilos e em 2º lugar nos 1500m Livres. **No final da competição foram batidos 24 recordes pessoais.** A notícia desta competição pode ser consultada no nosso *website*, no seguinte *link*: <http://www.scenatacao.com/index.php/17-noticias/1164-torneio-nadador-completo-de-juvenis-a-torneio-regional-de-fundo-de-infantis-sce-com-2-podios-11-e-12-maio-2019-castro-da-ira>

- Nos dias **18 e 19**, a equipa de Infantis, Juvenis e Absolutos da secção de natação do Sporting Clube de Espinho este presente no **XIV Torneio Vila D'Anta | VIII Memorial Napoleão Guerra**, inserido nas comemorações de elevação de Anta a Vila. Esta competição foi organizada pela Secção de Natação do Sporting Clube de Espinho, em parceria com a Junta de Freguesia de Anta-Guetim e da Associação de Natação

do Centro Norte de Portugal com o apoio da Câmara Municipal de Espinho.

Estiveram presentes 338 nadadores, em representação de 19 clubes.

Na classificação final, o Clube de Galitos de Aveiro obteve o 1º lugar do pódio (984 pontos), o Clube Desportivo do Feirense classificou-se em 2º lugar (753 pontos) e o Clube de Natação de Valongo obteve o 3º lugar (724 pontos). **Em 4º lugar ficou o Sporting Clube de Espinho** (711 pontos), em 5º lugar classificou-se o Clube Desportivo do Estarreja (702 pontos) e em 6º lugar ficou o Crasto (693 pontos). Em 7º lugar ficou o Clube Natação de Vagos (612 pontos), o 8º lugar foi conquistado pela Associação Desportiva Sanjoanense (599 pontos) e em 9º lugar ficou a Associação Estamos Juntos (525 pontos). O 10º lugar foi conquistado

pelo Clube Desportivo de Campinho (470 pontos), em 11º lugar ficou o Sport Algés e Águeda (455 pontos) e o Sporting Clube de Portugal obteve o 12º lugar (395 pontos). O Leixões Sport Clube ficou em 13º lugar (392 pontos), o Náutico de Narón obteve o 14º lugar (378 pontos) e o Sporting Clube de Aveiro classificou-se em 15º lugar (273 pontos). Em 16º lugar ficou o Clube Marina Ferrol (240 pontos), em 17º lugar ficou o Clube da Gafanha da Encarnação (239 pontos), em 18º lugar foi conquistado pelo Clube de Natação Bombeiros da Mealhada (221 pontos) e o 19º lugar foi ocupado pelo Académico de Viseu (143 pontos). **Estiveram presentes a D. Luísa Guerra, viúva do Napoleão Guerra, Nuno Almeida, presidente da Junta de Freguesia de Anta-Guetim, José Fernando e Manuel Santos, em representação da Junta de Freguesia Anta-Guetim, Bernardo Almeida, Presidente do Sporting Clube de Espinho e Dr. Quirino Jesus, em representação da Câmara Municipal de Espinho.**



O grande destaque da equipa espinhense foi **Rodrigo Rodrigues** (Infantil B), ao ter obtido o 1º lugar nas provas 100 e 400m Livres, 100m Costas e 100m Mariposa. **Além de ter ganho todas as provas onde participou, Rodrigo Rodrigues bateu 3 recordes regionais da Associação de Natação do Centro Norte de Portugal (ANCNP) e 3 Recordes do Torneio Vila D'Anta no escalão de Infantil B, ficando a apenas 31 centésimos de segundo do Recorde Nacional dos 50m Livres do seu escalão.**

Também em destaques estiveram os nadadores **Celso Pinho, Francisca Silva, Francisco Almeida, Mafalda Cardoso, Rodrigo Rocha e Tiago**

Marques por obtiverem pódios em provas em que nadaram. **No final da competição foram batidos 55 novos recordes pessoais (incluindo parciais), dos quais 7 são recordes do clube:** Francisco Almeida – 50 e 100m Bruços (RC Juvenil B) e Rodrigo Rodrigues – 50, 100 e 400m Livres e 50 e 100m Costas (RC Infantil B). **No decorrer desta prova, foram batidos 6 recordes regionais e 17 recordes do torneio.**

A Secção de Natação agradece a todos os patrocinadores que tornaram possível a realização deste Torneio e a todos os pais que apoiaram a secção de natação e que de alguma forma deram o seu contributo em prol do sucesso deste torneio. A todos, o nosso muito obrigado.

A notícia desta competição pode ser consultada no nosso website, no seguinte link: <http://www.scenatacao.com/index.php/17-noticias/1166-xiv-torneio-junta-de-freguesia-vila-danta-viii-memorial-napoleao-guerra-18-e-19-maio-2019-espinho>

- No dia **24**, a secção de natação do Sporting Clube de Espinho esteve presente no **XII Meeting Internacional Cidade de Coimbra**. Este foi um Meeting organizado pela Secção de Natação da Associação Académica de Coimbra, em parceria com a Associação de Natação de Coimbra e a Federação Portuguesa de Natação. Estiveram presentes 306 nadadores em representação de 51 clubes. **O Sporting Clube de Espinho esteve presente com o nadador sénior Tiago Marques que venceu a Final B na prova dos 50m Bruços.** A notícia desta competição pode ser consultada no nosso website, no seguinte link: <http://www.scenatacao.com/index.php/17-noticias/1168-xii-meeting->



Natação Masters

Competições

- No dia 4, o Sporting Clube de Espinho esteve presente no **III Torneio Internacional de Masters do FC Porto**, nas Piscinas de Campanhã. Estiveram presentes 439 nadadores em representação de 32 clubes portugueses e



espanhóis. O Sporting Clube de Espinho participou com 4 nadadores. **Domingos Ferreira** (Escalação I) dominou nas provas de 50 e 100m Livres, ao obter o 1º lugar em ambas. **António Canelas** (Escalação I) classificou-se em 1º lugar nos 100m Mariposa e 100m Bruços, tendo ainda obtido o 2º lugar nos 50m Mariposa. **Manuela Oliveira** (Escalação E) venceu as provas de 50 e 100m Costas e ficou em 2º lugar nos 50m Bruços. **Yolanda Rienderhoff** (Escalação D) ficou em 4º lugar nos 50m Costas e 50m Bruços e em 6º lugar nos 50m Livres. No final, foram batidos 8 recordes pessoais. A notícia desta competição pode ser consultada no nosso *website*, no seguinte *link*: <http://www.scenatacao.com/index.php/17-noticias/1157-iii-torneio-internacional-de-masters-do-fc-porto-sce-com-8-podios-4-maio-2019-porto>

- No dia **12**, a secção de natação do Sporting Clube de Espinho esteve presente no **Torneio Internacional de Natação Master no 43º Aniversário da Escola Desportiva de Viana**. A prova decorreu nas Piscinas Municipais de Vila Praia de Âncora e foi organizada pela secção de natação da Escola Desportiva de Viana. **O Sporting Clube de**



Espinho participou com 3 nadadores. António Canelas (Escalação I) obteve o 1º lugar em todas as provas - 50m Mariposa, 100m Bruços e 100m Estilos. **Domingos Ferreira** (Escalação I) também saiu vitorioso nos 100m e 200m Livres, obtendo o 1º lugar em ambas. **Fábio Floriano** (Escalação G), ficou em 2º lugar nos 100m Livres e 100m Bruços e subiu ao 3º lugar do pódio nos 50m Bruços. No final da competição, o SCE conquistou 8 pódios. A notícia desta competição pode ser consultada no nosso *website*, no seguinte *link*: <http://www.scenatacao.com/index.php/17-noticias/1162-torneio-internacional-de-natacao-master-no-43-aniversario-da-edv-sce-com-8-podios-12-maio-2018-vp-ancora>

Natação Adaptada

Competições

- Nos dias **11 e 12**, a equipa de natação adaptada da Secção de Desporto Adaptado do Sporting Clube de Espinho esteve presente no **Campeonato Nacional de Verão de Natação Adaptada**. Este campeonato foi organizado pela Federação Portuguesa de Natação e realizada nas Complexo Olímpico de Piscinas do Jamor. Estiveram presentes 124 nadadores, representando 34 clubes. **O Sporting Clube de Espinho esteve representado por 3 nadadores** (1 femininos e 2 masculino). A acompanhar a equipa esteve a treinadora Rita Freitas. **Vera Cardoso** (S14) sagrou-se **Campeã Nacional Absoluta e Campeã Nacional Sénior nas provas de 50m Costas e 50m Bruços**. Sagrou-se também

Vice-Campeã Nacional Sénior nos 50m Livres. Diogo Cruz (S14) sagrou-se ficou em **3º lugar nos 50 e 100m Costas** na Categoria de Esperanças. **João Amaral** (S14) obteve o **3º lugar nos 50m Bruços**, tendo ainda obtido o 4º lugar nos 100m Bruços, 9º lugar nos 50m Livres e 10º lugar nos 100m Livres. No final da competição, a equipa do Sporting Clube de Espinho obteve 6 pódios (3 em Absolutos e 3 em categorias).



A notícia desta competição pode ser consultada no nosso *website*, no seguinte *link*: <http://www.scenatacao.com/index.php/17-noticias/1163-campeonato-nacional-de-verao-de-natacao-adaptada--sce-com-6-podios--11-e-12-maio-2019-oeiras>

Natação Sincronizada

Unidades de Treino Realizadas

- Para a **Turma 1**, foram realizadas 13 unidades de treino.
- Para a **Turma 2**, foram realizadas 13 unidades de treino.
- Para a **Turma 3**, foram realizadas 4 unidades de treino.

No total, foram realizadas 30 unidades de treino.