



Natação Pura

Seleções Nacionais

A Federação Portuguesa de Natação divulgou no dia 14 de Abril, em comunicado, os nadadores convocados para a Seleção Nacional Pré-Júnior, que irão participar no **14º Meeting de Coimbra - XXXIII Torneio Internacional “Queima das Fitas”** que irá decorrer em Coimbra, a 28 e 29 de maio de 2022.

Estágios de Capacitação Técnica



No dia 21, decorreu o **2º Estágio de Capacitação Técnica - Cadetes A** da ANCP - Associação de Natação do Centro Norte de Portugal. Para esta estágio, que foi realizado nas Piscinas do Complexo de Desporto e Lazer de Estarreja, foram convocados os nadadores **António Neves e Leonor Passos** e o treinador Tiago Marques. Os critérios de seleção foram os resultados no II Torregri através do somatório do pontes FINA nas provas de 400m Livres, 200m Estilos e duas provas de 100m (Mariposa ou Bruços e Costas ou Crol), entre outros. A notícia deste estágio pode ser consultada [aqui](#).

Unidades de Treino Realizadas em Maio

- Para o escalão **Tigres**, foram realizados 13 treinos.
- Para o escalão **Cadetes B**, foram realizados 13 treinos.
- Para o escalão **Cadetes A**, foram realizados 17 treinos.

- Para o escalão de **Infantis**, foram realizados 25 treinos.
- Para o escalão de **Juvenis e Absolutos**, foram realizados 25 treinos.

No total, foram realizados 93 treinos.

Competições

- Nos dias **30 de Abril e 1 de Maio**, a equipa de **Infantis e Juvenis da Secção de Natação do Sporting Clube de Espinho** esteve presente no **Torneio de Fundo**, organizado pela ANCNP - Associação de Natação do Centro Norte de Portugal e pela FPN - Federação Portuguesa de Natação e realizado no Complexo de Desporto e Lazer de Estarreja. *Este é um torneio realizado em todas as associações territoriais do País onde os nadadores são obrigados a competir nas provas de 1500m Livres e 400m Estilos e as nadadoras competem nas provas de 800m Livres e 400m Estilos.* A pontuação final é realizada através da soma dos pontos FINA de cada uma das provas, sendo que uma desclassificação implica zero pontos. São atribuídas medalhas aos três primeiros classificados na classificação final e diplomas até ao 8º lugar. Estiveram presentes 137 nadadores em representação de 13 clubes. **O Sporting Clube de Espinho esteve presente com 13 nadadores (8 masculinos e 5 femininos).**



Em destaque esteve o nadador **Rodrigo Rodrigues** ao classificar-se em **2º lugar na classificação geral de Juvenis A** (1028 pontos), após ter

alcançado o 1º lugar nos 400m Estilos e o 3º lugar nos 1500m Livres. **Também em destaque estiveram os nadadores Beatriz Moreira, Francisco Santos e Manuel Oliveira, por terem alcançado lugares na classificação geral com direito ao diploma.** Manuel Oliveira (Infantil A) após ter ficado em 4º lugar nos 1500m Livres e em 10º lugar nos 400m Estilos, classificou-se em 6º lugar na classificação geral (678 pontos). Francisco Santos (Infantil A) obteve o 7º lugar na classificação geral (672 pontos), ao ter obtido o 6º lugar nos 400m Estilos e 9º lugar nos 1500m Livres. Beatriz Moreira (Infantil B) obteve o 7º lugar na classificação geral (616 pontos) após ter ficado em 5º lugar nos 400m Estilos e 9º lugar nos 800m Livres. **No final da competição alcançados 1 pódio, 4 diplomas e batidos 39 recordes pessoais, dos quais 5 recordes do clube:** Rodrigo Rodrigues - RC JuvA 400m Estilos, 800m Livres e 1500m Livres e RC ABS 400m Estilos e 1500m Livres. A notícia desta competição pode ser consultada [aqui](#).

- Nos dias **7 e 8**, a Secção de Natação do Sporting Clube de Espinho esteve presente no **XV Torneio Vila D'Anta | IX Memorial Napoleão Guerra**, organizado pela ANCNP - Associação de Natação de Aveiro e pela própria secção de natação do SCE.



O Torneio foi realizado nas Piscinas Municipais de Espinho e estiveram presentes 241 nadadores em representação de 16 clubes. **O Sporting**

Clube de Espinho esteve presente com 28 nadadores (16 masculinos e 12 femininos). Na classificação final o CD Feirense venceu com 783 pontos, **Sporting Clube de Espinho classificou-se em 2º lugar com 701 pontos**, Crasto - Castro D'Aire obteve o 3º lugar com 690 pontos, CD Estarreja ficou em 4º lugar com 592 pontos, seguido do CAPGE - Gafanha da Encarnação que obteve o 5º lugar com 487 pontos, o CD Campinho classificou-se e 6º lugar com 430 pontos, CN Vagos obteve o 7º lugar com 367 pontos, AD Sanjoanense, classificou-se em 8º lugar com 363 pontos, Galitos de Aveiro ficou em 9º lugar com 354 pontos, Académico de Viseu FC classificou-se em 10º lugar com 346 pontos, Clube Natação Valongo obteve o 11º lugar com 343 pontos, SC Aveiro ficou em 12º lugar com 255 pontos, Sporting CP classificou-se em 13º lugar com 250 pontos, Sport Álgés e Águeda obteve o 14º lugar com 205 pontos, UD Oliveirense classificou-se em 15º lugar com 136 pontos e Feira Viva obteve o 16º lugar com 30 pontos.

Estiveram presentes o **Dr. Miguel Reis**, Presidente da Câmara Municipal de Espinho, **Dr. Nuno Almeida**, Presidente da Junta de Freguesia Anta-Guetim, **Manuel Santos**, em representação da Junta de Freguesia Anta-Guetim, **José Fernando Pinto**, em representação da Mesa da Assembleia da Junta de Freguesia de Anta-Guetim, **Dr. Jorge Crespo**, Chefe da Divisão de Desporto da Câmara Municipal de Espinho, **Ricardo Maia**, Vice-Presidente do Sporting Clube de Espinho, **Dra. Ana Valente**, em representação do patrocinador Sociedade de Construções Teodoro Valente e **António Canelas**, nadador Masters do Sporting Clube de Espinho.

O nadador que mais pontuou para a classificação final da equipa foi Rodrigo Rodrigues (Juvenil A) ao classificar-se em 1º lugar nos 100 e 200m Livres e 200m Estilos e em 2º lugar nos 400m Livres, somando um total de 66 pontos, nadando ainda em extracompetição os 50m Livres.

O SCE participou nas provas de estafetas com algumas equipas em extracompetição, dando destaque à estafeta constituída pelas nadadoras **Adriana Trindade, Beatriz Moreira, Francisca Branco e Maria Rafael**, que nas provas de 4x50m Livres e 4x50m Estilos estabeleceram novos **Recordes do Torneio Infantil B, Recordes do Clube Infantil B e**

Recordes Regionais Infantil B. No final da competição, foram alcançados **32 lugares de pódio** (14 de ouro, 12 de prata e 6 de bronze) e batidos **76 recordes pessoais, dos quais 4 recordes do clube e 2 recordes regionais** - Rodrigo Rodrigues - 400m Livres RC Juvenil A e ABS e Estafeta 4x50m Livres Infantil B (R. Regional ANCNP) e Estafeta 4x50m Estilos Infantil B (R. Regional ANCNP). A notícia desta competição pode ser consultada [aqui](#).

- Nos dias **14 e 15**, a Secção de Natação do Sporting Clube de Espinho esteve presente no **Campeonato Regional de Clubes**, organizado pela ANCNP - Associação de Natação do Centro Norte de Portugal e realizado na Piscina Municipal da Gafanha da Nazaré. *De acordo com o regulamento, cada clube pode inscrever dois nadadores por prova, pontuando para a classificação final por equipas, o melhor nadador numa classificação absoluta, não tendo em consideração o escalão competitivo dos nadadores.* Estiveram presentes 216 nadadores em representação de 16 clubes. **O Sporting Clube de Espinho esteve presente com 18 nadadores** (10 masculinos e 8 femininos). **O Sporting Clube de Espinho classificou-se em 4º lugar, com 235 pontos. O nadador que mais pontuou foi Rodrigo Rodrigues** (Juvenil A), com um total de 59 pontos, ao ficar em 1º lugar nos 100m Livres, 2º lugar nos 100m Costas, 3º lugar nos 50m Livres e 4º lugar nos 200m Costas.



No final da competição foram alcançados **5 pódios absolutos** (1 de ouro, 2 de prata e 2 de bronze) e batidos **29 recordes pessoais, dos quais 7 recordes do clube**: Guilherme Pinto - 400m livres RC JuvB, Mafalda Cardoso - 200m Bruços RC JuvA e 200m Estilos RC JuvA, Rodrigo Rocha - 200m Bruços RC Jun e ABS, Rodrigo Rodrigues - 100m

Livres RC JuvA e 200m Costas RC JuvA. A notícia desta competição pode ser consultada [aqui](#).

- No dia **21**, o escalão **TIGRES da Secção de Natação do Sporting Clube de Espinho** participou no **III Torneio 1ª Braçada**. Este foi um torneio organizado pela ANCNP - Associação de Natação Centro Norte de Portugal e foi realizado nas Piscinas do Colégio Diocesano de Nª Sª da Apresentação. Estiveram presentes 115 nadadores em representação de 9 clubes. **O Sporting Clube de Espinho esteve presente com 8 nadadores.**



A classificação foi realizada por escalão nos Masculinos Cadetes A nascidos em 2010, Cadetes B nascidos em 2011 e 2012 e Cadetes C nascidos a partir de 2013 e nos Femininos Cadetes A nascidas em 2011, Cadetes B nascidas em 2012 e 2013 e Cadetes C nascidas a partir de 2014. Neste tipo de prova a principal preocupação dos treinadores é medir a evolução técnica de nado destes nadadores desde o início da época e avaliar os nadadores em contexto competitivo.

Em destaque estiveram os nadadores Lourenço Rocha e Pedro Resende. Lourenço Rocha (Cadete C) classificou-se em 2º lugar nos 25m Mariposa + 25m Costas e nos 25m Bruços + 25m Livres. Pedro Resende (Cadete B) obteve o 2º lugar nos 25m Mariposa e o 5º lugar nos 25m Mariposa + 25m Costas. **No final da competição foram batidos 13 recordes pessoais.** A notícia desta competição pode ser consultada [aqui](#).

- No dia **28 e 29**, a secção de natação do Sporting Clube de Espinho, participou no **XVI Meeting Internacional de Coimbra**. Este meeting foi

organizado pela Associação de Natação de Coimbra, juntamente com a Associação Académica de Coimbra, em parceria com a Federação Portuguesa de Natação. Estiveram presentes 342 nadadores em representação de 54 clubes de Portugal, Suécia, Malawi e Inglaterra. **O Sporting Clube de Espinho esteve presente com 5 nadadores, sendo que quatro nadadores representaram o clube e um esteve ao serviço da Seleção Nacional Pré-Júnior.** Neste meeting a classificação foi realizada de forma absoluta, não tendo em consideração o escalão e idade dos nadadores.



O grande destaque foi o nadador Rodrigo Rodrigues (Juvenil A) que, estando ao serviço da seleção nacional, bateu o **Recorde Nacional de Seleções Juvenil e Juvenil B, na prova dos 4x50m Estilos**, onde nadou o primeiro percurso a Costas. Na estafeta de 4x50m Livres, a seleção portuguesa contou uma vez mais com o Rodrigo Rodrigues, onde obtiveram o 3º lugar. Nas provas individuais, Rodrigo Rodrigues apurou-se sempre para as finais em todas as provas que participou. Nos 50m Costas, classificou-se em 4º lugar nas eliminatórias, dando-lhe acesso à Final A, onde obteve também o 4º lugar. Na prova dos 200m Costas, obteve o 2º lugar nas eliminatórias, tendo ficado em 8º lugar na final A. Nos 100m Costas obteve o 7º lugar, dando-lhe acesso à Final A, onde ficou em 6º lugar. Nos 50m Livres, alcançou o 16º lugar nas eliminatórias, dando-lhe acesso à Final B, onde conquistou o 3º lugar. **No final da competição, foram batidos 7 recordes pessoais (incluindo tempos parciais), dos quais 2 recorde do clube (Rodrigo Rodrigues - 200m Costas RC Juvenil A e RC ABS) e alcançadas 8 Finais (3 Finais A e 5 Finais B), destacando mais uma vez o Recorde Nacional**

conquistado por Rodrigo Rodrigues na prova dos 4x50m Estilos. A notícia desta competição pode ser consultada [aqui](#).

- No dia **29**, a Secção de Natação do Sporting Clube de Espinho esteve presente no **IV Torneio de Natação de Castro Daire - Cadetes**. Este torneio foi organizado pelo Clube de Natação O Crastro, em parceria com a Associação de Natação do Centro Norte de Portugal e realizado nas Piscinas Municipais de Castro D'Aire. **O Sporting Clube de Espinho irá estar presente com 12 nadadores** (6 femininos e 6 masculinos) e no final da competição, **a equipa tigre classificou-se em 4º lugar por equipas**, com 174 pontos.



O nadador que mais se destacou foi **Nádir Rosário** (Cadete B) ao obter lugares de pódio em todas as provas que participou. Venceu os 50m Mariposa e obteve o 2º lugar nos 50m Bruços, 100m Estilos e 200m Livres. **Também em destaque estiveram os nadadores António Neves, Inês Borges e Noah Braga, por terem alcançado lugares de pódio em provas que participaram.** No final da competição foram batidos 35 recordes pessoais e alcançados 11 lugares de pódio. A notícia desta competição pode ser consultada [aqui](#).

Masters

Competições

- Entre os dias **11** e **15**, a secção de natação do Sporting Clube de Espinho esteve representada pelo nadador **António Canelas** nos **Tunisian Open Masters**, realizado no Cité Olympique de Rades, organizado pela Federação Tunísiana de Natação.



Estiveram presentes 163 nadadores em representação de 68 clubes de todo o mundo. **António Canelas venceu as provas de 100 e 200m Bruços, obteve o 2º lugar nos 50 e 100m Mariposa e o 4º lugar nos 50m Costas.** A notícia deste campeonato pode ser consultada [aqui](#).

- No dia **14**, a Secção de Natação do Sporting Clube de Espinho participou no **Torneio ANNP de Masters 2022**. Este foi um torneio organizado pela

ANNP - Associação de Natação do Norte de Portugal e foi realizado na Piscina Municipal da Rota dos Móveis, em Recarei, Paredes. Estiveram presentes 151 nadadores em representação de 16 clubes. **O Sporting Clube de Espinho esteve presente com 3 nadadores.**



Domingos Ferreira (Escalação I) venceu todas as provas em que participou - 100 e

400m Livres e 100m Estilos. **Manuela Oliveira** (Escalação E) ganhou os 50m Costas, obteve o 2º lugar nos 100m Estilos e o 3º lugar nos 50m Bruços. **Yolanda Rienderhoff** (Escalação D) venceu os 100m Costas e obteve o 3º lugar nos 100m Livres. **No final da competição, foram batidos 2 recordes pessoais e obtidas 8 medalhas** (5 de ouro, 1 de prata e 2 de bronze). A notícia deste campeonato pode ser consultada [aqui](#).

- No dia **21**, a secção de natação do Sporting Clube de Espinho esteve presente no **Campeonato Nacional de Masters de Águas Abertas** na prova dos 1500m. Este foi um campeonato organizado pela FPN - Federação Portuguesa de Natação e foi realizado em Avis, na Barragem do Maranhão. Estiveram presentes 106 nadadores em competição na prova dos 1500m (80 masculinos e 26 femininos). **Domingos Ferreira sagrou-se Vice-Campeão Nacional no Escalão I com o tempo 30 minutos e 11 segundos. Yolanda Rienderhoff sagrou-se Vice-Campeã Nacional no Escalão D com o tempo 28 minutos e 18 segundos.** A notícia deste campeonato pode ser consultada [aqui](#).



Natação Artística

Unidades de Treino Realizadas em Maio

- Para o escalão **Natação Artística**, foram realizados 7 treinos físicos e 10 treinos na água.