



Natação Pura

Unidades de Treino Realizadas em Junho

- Para o escalão de **Tigres SS**, foram realizados 13 treinos.
- Para o escalão de **Tigres TQ**, foram realizados 13 treinos.
- Para o escalão **Cadetes**, foram realizados 17 treinos.
- Para o escalão de **Infantis, Juvenis e Absolutos**, foram realizados 25 treinos.

No total, foram realizados 68 treinos.

Competições

- No dia **10**, a Secção de Natação do Sporting Clube de Espinho participou no **32º 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 Centro Norte de Portugal e foi realizado nas Piscinas Municipais de Estarreja.



Estiveram presentes 172 nadadores, em representação de 13 clubes. **O Sporting Clube de Espinho esteve presente com 11 nadadores** (6 masculinos e 5 femininos). Nesta prova, a classificação foi realizada em regime absoluto, não tendo em consideração o escalão competitivo dos nadadores. **Na classificação final, o SCE obteve o 9º lugar com 70 pontos, registando 4 recordes pessoais.** A notícia *online* desta competição pode ser consultada [aqui](#).

- Nos dias **10 e 11**, a secção de natação do Sporting Clube de Espinho participou no **III Torregri**, para o escalão de Cadetes. Este torneio foi realizado nas Piscinas Municipais de Estarreja e organizado pela ANCNP - Associação de Natação Centro Norte Portugal. **O Sporting Clube de Espinho esteve presente com 13 nadadores** (10 masculinos e 3 femininos).



Em destaque estiveram os nadadores **Flora Brabetz, Marco Freitas, Nádír Rosário e Rodrigo Almeida**, por terem vencido provas em que participaram. **Nádír Rosário** (Cadete A) classificou-se em 1º lugar nos 200m Estilos e 2º lugar nos 400m Livres, 100m Mariposa e 100m Bruços. **Flora Brabetz** (Cadete A) ficou em 1º lugar nos 50m Bruços e 2º lugar nos 100m Bruços. **Rodrigo Almeida** (Cadete B) obteve o 1º lugar nos 50m Livres e 3º lugar nos 100 e 200m Livres. **Marco Freitas** (Cadete B) ficou em 1º lugar nos 50m Bruços. **Também em destaque estiveram os nadadores Constança Silva, Marta Pinto, Ricardo Ferreira e Xavier Costa** por terem alcançado pódios em provas que participaram. **Constança Silva** (Cadete B) obteve o 2º lugar nos 50m Mariposa e o 3º

lugar nos 50m Bruços. **Ricardo Ferreira** (Cadete B) classificou-se em 2º lugar nos 100m Bruços e 3º lugar nos 50m Costas. **Marta Pinto** (Cadete A) obteve o 2º lugar nos 50m Costas. **Xavier Costa** (Cadete B) ficou em 3º lugar nos 100m Costas. Nas provas de estafetas, os **nadadores Marta Pinto, Flora Brabetz, Nádír Rosário e Marcelo Nouari** ficaram em 1º lugar nos 4x50m Estilos Misto e os nadadores **Rodrigo Almeida, Marcos Freitas, Xavier Costa e Ricardo Ferreira** alcançaram o 2º lugar nos 4x50m Livres. **No final da competição foram alcançados 18 pódios (5 de ouro, 8 de prata e 5 de bronze) e batidos 54 recordes Pessoais** (incluindo tempos parciais). A notícia *online* desta competição pode ser consultada [aqui](#).

- Nos, dias **10 e 11**, a secção de natação do Sporting Clube de Espinho, participou no **38º Meeting Internacional do Porto**. Este meeting foi organizado pela Associação de Natação do Norte de Portugal, em parceria com a Federação Portuguesa de Natação e realizado nas Piscinas de Campanhã, no Porto. **O Sporting Clube de Espinho esteve presente com 4 nadadores** (3 masculinos e 1 femininos). Neste meeting a classificação foi realizada de forma absoluta, não tendo em consideração o escalão e idade dos nadadores.



- Em grande destaque esteve o nadador **Rodrigo Rodrigues** (Júnior) ao se ter apurado para as Finais A (8 melhores tempos das eliminatórias) nas provas de 50, 100 e 200m Costas. Na prova dos 50m Costas, alcançou o 3º lugar (melhor português em prova). Nos 50 e 200m Costas conquistou o 5º lugar (3º melhor português em ambas as provas). Rodrigo Rodrigues obteve ainda o 24º lugar nos 50m Livres. Também em destaque esteve a nadadora **Mafalda Cardoso** (Júnior) ao ter alcançado a Final B na prova

dos 200m Bruços, onde obteve o 1º lugar na final. Mafalda Cardoso competiu também na prova dos 50 e 100m Bruços, tendo obtido o 17º e o 22º lugar, respetivamente. **Rodrigo Rocha** (Júnior) classificou-se em 18º lugar nos 200m Bruços, 24º lugar nos 100m Bruços e 26º lugar nos 50m Bruços. **Guilherme Pinto** (Juvenil A), que participou pela primeira vez neste meeting, obteve o 39º lugar nos 100m Mariposa e em 53º lugar nos 50m Mariposa e 100m Livres. **No final da competição foram alcançadas 4 Finais, (3 Finais A e 1 Final B), 5 recordes pessoais e 8 recordes do clube: Rodrigo Rodrigues – 50, 100 e 200m Costas (RC JUN e ABS) e 50m Livres (RC JUN e ABS).** A notícia *online* desta competição pode ser consultada [aqui](#).

- No dia **17**, o escalão de Infantis, da Secção de Natação esteve presente no **Torneio AEJ** no Complexo Desportivo Paulo Pinto, em São João da Madeira. Este torneio foi organizado pela Secção de Natação da Associação Estamos Juntos e estiveram presentes 135 nadadores, em representação de 15 clubes, onde na classificação final do torneio, o **Sporting Clube de Espinho** alcançou o **4º lugar, com 154 pontos, onde a classificação de cada prova foi realizada em regime absoluto, não tendo em conta o escalão competitivo dos nadadores.**



O Sporting Clube de Espinho esteve presente com 10 nadadores (3 masculinos e 7 femininos). Em destaque estiveram as estafetas femininas, do escalão Infantil A, nas provas de 4x100m Livres e 4x100m Estilos, ao alcançaram o 2º lugar em ambas, com as nadadoras **Adriana Trindade, Beatriz Moreira, Francisca Branco e Mariana Azevedo.** Na final da competição, foram batidos **35 recordes pessoais** (não incluindo

tempos parciais) e **2 recordes do clube de Estafetas: 4x50m Livres Misto e 4x50m Estilos Misto**. A notícia *online* desta competição pode ser consultada [aqui](#).

- No dia **17 e 18**, os escalões de Juvenis, Juniores e Seniores da Secção de Nataação do Sporting Clube de Espinho estiveram presentes no **Campeonato Regional de Verão de Piscina Longa de Juvenis, Juniores e Seniores**, realizado no Complexo Desportivo Paulo Pinto, em São João da Madeira. Este campeonato foi organizado pela Associação de Nataação do Centro Norte de Portugal e estiveram presentes 177 nadadores, em representação de 15 clubes. **O Sporting Clube de Espinho esteve presente com 15 nadadores** (10 masculinos e 5 femininos).



Em destaque estiveram os nadadores **Francisco Santos, Guilherme Pinto, João Neves, Leonor Rocha, Manuel Oliveira, Rodrigo Rocha e Rodrigo Rodrigues** por se terem sagrado campeões regionais individuais, em pelo menos uma prova em que competiram. **Rodrigo Rodrigues** (Júnior) foi Campeão Regional nos 100 e 200m Livres e 50 e 100m Costas. **Rodrigo Rocha** (Júnior) sagrou-se Campeão Regional nos 50 e 100 e 200m Bruços. **Guilherme Pinto** (Juvenil A) foi Campeão Regional nos 200, 400 e 800m Livres e 200m Mariposa e Vice-Campeão

Regional nos 50m Livres e 50 e 100m Mariposa. **Francisco Santos** (Juvenil B) sagrou-se Campeão Regional nos 50, 100 e 200m Mariposa e 50m Livres e Vice-Campeão Regional nos 100m Livres. **João Neves** (Juvenil B) foi Campeão Regional nos 50, 100 e 200m Costas. **Manuel Oliveira** (Juvenil B) foi Campeão Regional nos 400 e 800m Livres, obteve o 3º lugar nos 100m Livres e 200m Estilos. **Leonor Rocha** (Juvenil A) foi Campeã Regional nos 400m Estilos. **Maria Inês Poinho** (Sénior) sagrou-se Vice-Campeã Regional nos 50m Bruços e o obteve o 3º lugar nos 100m Livres. **Ana Rita Monteiro** (Sénior) foi Vice-Campeã Regional nos 100m Livres e o obteve o 3º lugar nos 50m Bruços. **João Castro** (Juvenil B) sagrou-se Vice-Campeão Regional nos 50, 100 e 200m Mariposa, obteve o 3º lugar nos 100m Costas. **Mafalda Cardoso** (Júnior) foi Vice-Campeã Regional nos 200m Bruços. **Guilherme Rocha** (Juvenil A) classificou-se em 3º lugar nos 50m Mariposa. **Rúben Oliveira** (Júnior) obteve o 3º lugar nos 50m Mariposa. Nas provas de estafetas, os nadadores **Afonso Rafael, Rodrigo Rocha, Rodrigo Rodrigues e Rúben Oliveira sagraram-se** Campeões Regionais Juniores nas provas de 4x100m Livres, 4x100m Estilos e 4x50m Estilos. Os nadadores **Guilherme Pinto, Guilherme Rocha, Leonor Rocha e Raquel Monteiro** foram Campeões Regionais Juvenis A nos 4x100m Estilos Misto. Os nadadores **Francisco Santos, João Castro, João Neves e Manuel Oliveira** foram Vice-Campeões Regionais Juvenis B nas provas de 4x100m Livres e 4x100m Estilos e 4x50m Estilos. **No final da competição foram alcançados 45 pódios (25 de ouro, 13 de prata e 7 de bronze), ocupando o 2º lugar no medalheiro, batidos 38 recordes pessoais e 10 recordes do clube:** Francisco Santos - 200m Mariposa RC Juv B; Guilherme Pinto - 200m Mariposa RC Juv A e ABS e 400m Livres RC Juv A e ABS; Leonor Rocha - 400m Estilos RC Juv A; Rodrigo Rodrigues - 200m Livres RC Jun e ABS; Estafetas 4x100m Estilos Masculino Juvenil B e Estafeta 4x100m Estilos Misto Juvenil A. A notícia *online* desta competição pode ser consultada [aqui](#).

- No dia **24**, a Secção de Natação do Sporting Clube de Espinho esteve presente no **Campeonato Regional de Verão de Infantis + Cadetes A**, organizada pela ANCNP - Associação de Natação de Aveiro. O Campeonato foi realizado nas Piscinas Municipais de Castro D'Aire. Estiveram presentes 163 nadadores em representação de 14 clubes. **O Sporting Clube de Espinho esteve presente com 10 nadadores** (4 masculinos e 6 femininos). Os nadadores do escalão de Cadetes competiam separadamente, não fazendo parte da classificação do campeonato regional de infantis, aproveitando este campeonato como preparação da próxima época desportiva.



Em destaque esteve a nadadora **Francisca Branco** (Infantil A) por se sagrar Campeã Regional nos 200m Mariposa e Vice-Campeã Regional nos 100m Livres, tendo ainda alcançado o 3º lugar nos 100m Mariposa e o 6º lugar nos 200m Livres. **Também em destaque estiveram os nadadores Adriana Trindade, Guilherme Martins, Mariana Azevedo, Nádir Rosário, Oleksandr Sadovnikove e Sofia Santos** por terem alcançado pódios em provas que participaram. **Adriana Trindade** (Infantil A) foi Vice-Campeã Regional nos 100m Bruços e 200m Estilos, 3º lugar nos 100m Livres. **Nádir Rosário** (Cadete A) obteve o 1º lugar nos 100m Mariposa e 3º lugar nos 100m Bruços. **Sofia Santos** (Infantil B) foi Vice-Campeã Regional nos 100m Mariposa. **Guilherme Martins** (Infantil A) ficou em 3º lugar nos 200m Mariposa. **Mariana Azevedo** (Infantil A) alcançou o 3º lugar nos 100 e 200m Bruços. **Oleksandr Sadovnikov** (Infantil A) obteve o 3º lugar nos 200m Bruços. **No final da competição**

foram alcançados 13 pódios (2 de ouro, 4 de prata, 7 de bronze) e batidos 27 recordes pessoais. A notícia *online* desta competição pode ser consultada [aqui](#).

Masters

Competições

- No dia **11**, a secção de natação do Sporting Clube de Espinho esteve representada pelo nadador António Canelas no **Campeonato Departamental Masters**, realizado na Piscina Municipal de Langon, Gironde - **Bordéus**.



Este foi um campeonato cujo objetivo é testar e elevar as performances de todos os nadadores participantes, originando a uma prova muito intensa e competitiva, tendo tido uma organização de excelência apoiada pelas comunidades desportivas locais. **Estiveram presentes 160 atletas, sendo que o nadador tigre foi o único atleta estrangeiro convidado.** As atividades colaterais, animação, desenvolvimento social e desportivo assumiram particular importância, apoiados num plano criterioso de divulgação Nacional. **António Canelas classificou-se em 1º lugar nos 100m Mariposa, em 3º lugar nos 50m Mariposa e 4º lugar nos 50m Livres.** A notícia *online* desta competição pode ser consultada [aqui](#).

Natação Artística

Unidades de Treino Realizadas em Junho

- Para o escalão **Natação Artística 1**, foram realizados 18 treinos.
- Para o escalão **Natação Artística 2**, foram realizados 13 treinos.