

Sporting Clube de Espinho

Secção de Natação

Relatório de Atividades - Mês de Fevereiro



Apresentação da Secção de Natação à nova Direção do Sporting Clube de Espinho

- No dia 4, a **Secção de Natação** apresentou-se formalmente à nova **direção do clube**, onde estiveram presentes a dirigente Fernanda Rocha, o diretor técnico Carlos Silva, os treinadores Adriana Helena, Ana Tavares, Joana Silva, Rita Freitas, Rui Aires e Tiago Marques e os nadadores de natação pura dos escalões de Cadetes, Infantis, Juvenis, Juniores e Séniores e nadadores de natação sincronizada. Por parte da nova direção do clube esteve presente o Vice-Presidente para as modalidades, **Dr. André Viseu**, entre outros elementos dos órgãos sociais do clube: António Pais, Bruno Santos, Humberto Cruz e Pedro Sousa.

Neste pequena apresentação, a nova direção ficou a conhecer como a secção funciona em todas as suas vertentes, tendo sido elogiada pela sua competência e dedicação à modalidade em anos difíceis para o Sporting Clube de Espinho.



Reuniões Internas da Secção de Natação

- No dia **11**, a secção de natação realizou uma reunião com os dirigentes Paulo Freitas e Fernanda Rocha e os treinadores Adriana Helena, Ana Tavares, Carlos Silva, Joana Silva, Rita Freitas, Rui Aires e Tiago Marques para revisão dos regulamentos das competições organizadas pelo Clube – Torneio Cidade de Espinho e Torneio Vila D’Anta/Memorial Napoleão Guerra.

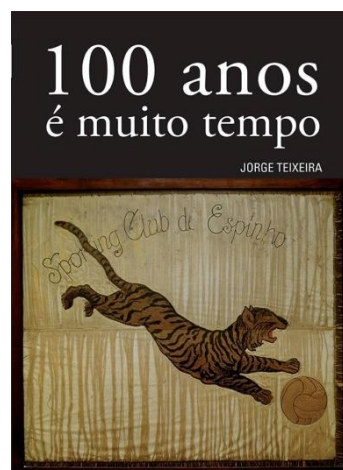
1ª Filiação de Natação Master da História da Secção de Natação

- No dia **24**, a secção de natação filiou na Federação Portuguesa de Natação, o seu **primeiro nadador na categoria de Master**. Esta categoria abrange nadadores com mais de 25 anos sem ter limite de idade. O nadador **António Canelas** irá competir pelo Sporting Clube de Espinho pelo **escalão I** onde competem nadadores nascidos entre 1946 e 1950.



Ações Externas da Secção de Natação

- No dia **28**, realizou-se no auditório da Escola Secundária Dr. Manuel Laranjeira a apresentação do livro “**100 anos é muito tempo**”, de **Jorge Teixeira**, a propósito do **centenário do Sporting Clube de Espinho**. A apresentação da obra e do autor coube ao Dr. Armando Bouçon, chefe da Divisão Cultural da autarquia espinhense e membro da Comissão do Centenário do Sporting Clube de Espinho. Antes dele entrevistaram o presidente da Câmara, Dr. Pinto Moreira, e o presidente do Sporting Clube de Espinho, Bernardo Gomes de Almeida, que ofereceu ao autor uma caricatura alusiva. Na mesa esteve presente o Dr. Manuel Violas, ex-presidente e sócio benemérito do clube, que lidera o Conselho de Administração da Solverde, que patrocinou a obra. **A Secção de Natação esteve presente com os dirigentes Paulo Freitas e Fernanda Rocha e alguns nadadores de natação pura e sincronizada.**



Natação Pura

Unidades de Treino Realizadas

- Para o escalão de **Pré-Competição 1**, foram realizados 8 unidades de treino.
- Para o escalão de **Pré-Competição 2**, foram realizados 8 unidades de treino para os nadadores dos escalões D e 12 unidades de treino para os nadadores dos escalões B e C.
- Para o escalão de **Cadetes**, foram realizados 16 unidades de treino.
- Para o escalão de **Infantis**, foram realizados 24 unidades de treino.
- Para os escalões de **Juvenis, Juniores e Seniores** foram realizadas 24 unidades de treino.

No total, foram realizados 84 unidades de treino.

Competições

- Nos dias **7 e 8**, a secção de natação do Sporting Clube de Espinho participou no **VII Meeting Internacional de Lisboa**. Este meeting foi realizado pela nas Piscinas do Estádio Universitário e organizado pela Associação de Natação de Lisboa, em parceria com a Federação Portuguesa de Natação. Estiveram presentes neste meeting, clubes provenientes do Brasil, Egito, França, Inglaterra e Ilhas Maurícias. Num total estiveram, presentes 578 nadadores, em representação de 6 países e 83 clubes. Os nadadores do Sporting Clube de Espinho presentes neste meeting foram **André Costa, Bernardo Costa e João Branco, Teresa Aires e Tiago Marques**. A classificação deste Meeting Internacional foi feita de forma absoluta, não havendo separação de escalões competitivos.



Ao nível coletivo, a estafeta masculina na prova de 4x100m Estilos obteve o 13º lugar, constituída pelos nadadores Bernardo Costa, Tiago Marques, João Branco e André Costa, estabelecendo um novo recorde do clube nesta prova. Ao nível individual, Tiago Marques (sénior) ficou em 24º lugar nos 50m Bruços, tendo sido o melhor nadador da sua idade. Teresa Aires (sénior) obteve o 29º lugar nos 50m Mariposa, tendo

sido a 2ª melhor nadadora e melhor da sua idade. Nos 50m Livres, Teresa Aires ficou em 39º lugar, sendo a 5ª melhor nadadora e 4ª melhor portuguesa da sua idade. André Costa (júnior A) classificou-se em 40º lugar nos 50m Livres, sendo o 5º melhor nadador do seu escalão, 4º melhor português. João Branco (júnior B) ficou em 44º lugar nos 50m Mariposa, sendo o 5º melhor nadador do seu escalão. Na prova dos 100m Mariposa, João Branco obteve o 59º lugar, sendo o 11º melhor do seu escalão e 10º melhor português. Na prova dos 100m Livres, classificou-se em 73º lugar, sendo o 15º melhor nadador do seu escalão e 13º melhor português. No final da competição foram batidos 3 recordes pessoais e um recorde do clube. A notícia desta competição pode ser consultada no nosso *website*, no seguinte *link*: <http://www.scenatacao.com/index.php/17-noticias/599-vii-meeting-internacional-de-lisboa-7-e-8-fev-2015-lisboa>

Natação Sincronizada

Unidades de Treino Realizadas

- Para o escalão de **Experiência SincroKID**, foram realizados 4 unidades de treino.
- Para o escalão de **Exibição Iniciação + Nível 1**, foram realizados 12 unidades de treino.
- Para o escalão de **Exibição Nível 2**, foram realizados 12 unidades de treino.
- Para o escalão de **Exibição Nível 3**, foram realizados 12 unidades de treino.

No total, foram realizados 40 unidades de treino.