

Sporting Clube de Espinho

Secção de Natação

Relatório de Atividades - Mês de Junho



XXIV Festival de Natação do Sporting Clube de Espinho

No passado dia 13 de Junho, a Secção de Natação do Sporting Clube de Espinho organizou o seu **XXIV 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 2013/2014- Alguns nadadores não puderam estar presente devido às várias festas escolares de fim do ano que prejudicou em várias vertentes este Festival e a Secção de Natação. Este ano a Secção de Natação do S. C. Espinho solidarizou-se com a Associação FAO, pedindo a todos os que vieram presenciar o nosso espetáculo, trouxessem produtos básicos como livros, cadernos, roupas, alimentação, etc..., para esta Associação fazer chegar à população de S. Tomé e Príncipe. 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 Sincronizada (Exibição e Competição) e os nadadores de Natação Adaptada.

Na primeira parte do Festival, foi realizado um torneio com os nadadores de Natação Pura e Natação Adaptada, onde no fim, foram entregues medalhas aos três primeiros lugares de cada grupo competitivo. Assim, as classificações foram:

Natação Pura e Adaptada - Femininos

Grupo 1 - 1º Rita Melo; 2º Denise Mendes; 3º Maria Luís Silva

Grupo 2 - 1º Matilde Almeida; 2º Sofia Pereira; 3º Maria Almeida

Grupo 3 - 1º Carolina Silva, 2º Catarina Lei; 3º Sara Castelo

Grupo 4 - 1º Teresa Aires; 2º Carla Cruz; 3º Catarina Dias

Grupo 5 (Adaptada) - 1º Jéssica Ferreira; 2º Jenny Carvalho; 3º Luísa Félix; 4º Daniela Rocha

Natação Pura e Adaptada - Masculinos

Grupo 1 - 1º Celso Pinho; 2º Rodrigo Rodrigues; 3º Tomás Pinto

Grupo 2 – 1º Alexandre Stasyuk; 2º António Tavares; 3º Gonçalo Oliveira

Grupo 3 - 1º Rui Santos; 2º Simão Pinto; 3º Diogo Mendes

Grupo 4 - 1º Martim Almeida; 2º Miguel Albergaria; 3º Miguel Vaz

Grupo 5 - 1º André Costa; 2º Tiago Marques; 3º Bernardo Costa

Grupo 6 (Adaptada) - 1º João Amaral; 2º Rodrigo Silva

De seguida, seguiu-se um espetáculo de Natação Sincronizada com as nadadoras da competição Ana Sofia Silva, Bárbara Araújo, Carla Dias e Patrícia Araújo e com as nadadoras da exibição Ana Catarina Nogueira, Ana Catarina Rodrigues, Ana Filipa Araújo, Ana Rita Magalhães, Ana Patrícia Rocha, Beatriz, Catarina Silva, Mafalda Gomes, Maria Ferro, Maria Pinto, Matilde Jardim, Sara Rafael e Sofia Castro, Sofia e Sofia Silva. No fim do Festival, foram entregues prémios relativamente à Época 2013/2014.



Natação Pura

Prémio Atleta Revelação – Vasco Tavares

Prémio Atleta do Ano – Rodrigo Monteiro

Prémio Tigre - Bernardo Costa

Natação Sincronizada

Prémio Atleta do Ano – Ana Sofia Silva

Prémio Tigre – Carla Dias

Natação Adaptada

Prémio Atleta Revelação – Jéssica Ferreira

Prémio Atleta do Ano – João Amaral

Os prémios foram entregues pelo Dr. Quirino Jesus, em representação da Câmara Municipal de Espinho, Dr. Jorge Alves, em representação do Sporting Clube de Espinho e Júlio Fortuna, em representação da Associação de Natação de Aveiro. Neste Festival, a Secção de Natação agraciou também os seus principais patrocinadores: Camara Municipal de Espinho, Junta de Freguesia de Espinho, Junta de Freguesia de Anta, Junta de Freguesia de Silvalde, Solverde, Cavalinho, Rolespinho, AIPAL, Oculista Vitó, Tucha, Equicontas, Policlínica, Óptica de Espinho, Ourivesaria Confiança, Confeitaria Pá Velha, Eurospuma, Casa dos Cereais, Café Palácio, Café Arcada, Unipress, Restaurante Baliza, M.A.Salgueiro.

Apresentação do Símbolo do Centenário do Sporting Clube de Espinho

No passado dia 20 de Junho, o seccionista Paulo Freitas, esteve presente na apresentação oficial do **Símbolo do Centenário do Sporting Clube de Espinho** no auditório do FACE, em representação da secção de natação do Sporting Clube de Espinho e da secção de desporto adaptado da Câmara Municipal de Espinho/Sporting Clube de Espinho.



✓ Natação Pura

Unidades de Treino Realizadas

- Para o escalão de Pré-Competição 1, foram realizados 7 unidades de treino.
- Para o escalão de Pré-Competição 2, foram realizados 11 unidades de treino para os Cadetes B e C e 7 unidades de treino para os Cadetes D e E.
- Para o escalão de Cadetes, foram realizados 15 unidades de treino.
- Para o escalão de Infantis, foram realizados 18 unidades de treino.
- Para os escalões de Juvenis, Juniores e Seniores foram realizadas 21 unidades de treino.

No total, foram realizados 72 unidades de treino.

Competições

- Nos passados dias 7 e 8 de Junho, a secção de natação do Sporting Clube de Espinho esteve presente no **31º Meeting Internacional do Porto**, organizado pela Associação de Natação do Norte de Portugal em parceria com a Federação Portuguesa de Natação. As provas realizam-se na Piscina Municipal de Campanhã, no Porto, e contou com mais de 450 nadadores, em representação de 47 clubes nacionais, suíços, iranianos, indianos, franceses checos, brasileiros e angolanos. O Sporting Clube de Espinho participou com 6 nadadores: André Costa, Carla Cruz, Carolina Silva, Catarina Lei, Teresa Aires e Tiago Marques. O destaque da competição é a nadadora sénior Teresa Aires ao ficar em 11º lugar (7ª melhor nadadora portuguesa) na prova dos 50m Mariposa, tendo ainda alcançado mínimos para a participação no Campeonato Nacional de Verão de Piscina Longa nos finais de Julho. A Teresa ainda alcançou o 19º lugar nos 50m Livres, tendo sido a 13ª melhor nadadora portuguesa.



No final da competição foram batidos 5 recordes do clube: Carolina Silva – 100m Livres (RC Juvenil A); Teresa Aires – 50m Livres e 50m Mariposa (RC Sénior) e Estafetas de 4x50m Livres e 4x50m Estilos com Carla Cruz, Carolina Silva, Catarina Lei e Teresa Aires (RC Absoluto). Nos femininos, Carla Cruz (Sénior) obteve o 16º lugar nos 50m Costas, tendo sido a 10ª melhor nadadora portuguesa. Carolina Silva (Juvenil A) obteve o 50º lugar nos 100m Livres, tendo sido a 40º melhor portuguesa, a 25ª melhor na categoria de 12-15 anos e a 18ª melhor nadadora do seu escalão competitivo. Nos masculinos, André Costa (Júnior B) classificou-se em 16º lugar nos 50m Livres, tendo sido o 12º melhor nadador português e o 4º melhor do seu escalão competitivo. O André ainda nadou a prova dos 50m Mariposa ficando em 43º no geral, sendo o 35º melhor português e o 12º melhor nadador do seu escalão competitivo. Este nadador nadou ainda os 100m Livres obtendo o 53º lugar (44º melhor nadador português, 35º melhor nadador no grupo de 17 anos + velhos e 12º lugar no seu escalão competitivo). Tiago Marques (Sénior) obteve o 26º lugar nos 50m Bruços, sendo o 19º melhor nadador português da prova. Na estafeta de 4x50m Livres, as nadadoras Carla Cruz, Carolina Silva, Catarina Lei e Teresa Aires obtiveram o 11º lugar. Na prova dos 4x50m Estilos as nadadoras Carla Cruz (costas), Catarina Lei (bruços), Teresa Aires (mariposa) e Carolina Silva (Livres), obtiveram o 12º lugar. Nas duas estafetas, estas

nadadoras melhoraram o seu tempo de inscrição. A notícia desta competição pode ser consultada no nosso *website*, no seguinte *link*:
<http://www.scenatacao.com/index.php/17-noticias/524-31-meeting-internacional-do-porto-7-e-8-junho-2014-porto>

No passado dia 10 de Junho, a equipa de natação do Sporting Clube de Espinho esteve presente no **25º Torneio Cidade de Estarreja**, a convite do Clube Desportivo de Estarreja. Estiveram presentes 245 nadadores em representação de 18 clubes. A classificação por prova foi absoluta, não tendo em consideração o escalão competitivo. Na classificação final, a equipa do Sporting Clube de Espinho classificou-se em 12º lugar com 104 pontos, subindo uma posição relativamente ao ano passado. No final da competição foram batidos 7 recordes pessoais (incluindo parciais) e 2 recordes do clube. A notícia desta competição pode ser consultada no nosso *website*, no seguinte *link*:
<http://www.scenatacao.com/index.php/17-noticias/525-25-torneio-cidade-de-estarreja-10-junho-2014-estarreja>



- No passado sábado, dia 21 de Junho, a equipa de infantis, juvenis, juniores e séniores da secção de natação do Sporting Clube de Espinho estiveram presentes no **Torneio AEJ'14**, realizado pelo clube

Associação Estamos Juntos em colaboração com a Associação de Natação de Aveiro e realizou-se no Complexo Desportivo Paulo Pinto.



Devido à forte chuva que se fez sentir na parte da tarde, a prova não foi concluída, tendo sido interrompida sem que algumas séries da prova de 200m Livres Feminino, 100m Costas Masculino, 100m Bruços Femininos, 100m Mariposa Masculinos, 200m Estilos Femininos e as estafetas de 4x100m Estilos. Estiveram presentes 320 nadadores, representando 17 clubes das associações de natação de Aveiro, Lisboa, Nordeste e Leiria. O Sporting Clube de Espinho esteve presente com 23 nadadores (12 masculinos e 11 femininos).

A classificação era feita por grupos, sendo que o Grupo 1 (G1) era constituído por Juniores e Séniores, o Grupo 2 (G2) era constituído por Juvenis e o Grupo 3 (G3) era constituído pelos Infantis. No final da competição foram alcançados 7 pódios (3 coletivos e 4 individuais) e batidos 3 recordes do clube. A notícia desta competição pode ser consultada no nosso *website*, no seguinte *link*: <http://www.scenatacao.com/index.php/17-noticias/529-torneio-aej14--21-junho-2014-sao-joao-da-madeira>

- Nos dias 28 e 29 de Junho, a equipa de infantis da secção de natação do Sporting Clube de Espinho esteve presente no **Campeonato Distrital**

de Verão de Infantis de Piscina Longa. Este campeonato foi organizado pelas Associações de Natação de Aveiro, Coimbra e Leiria e realizada no Complexo Olímpico de Piscinas, em Coimbra. Estiveram presentes 292 nadadores, em representação de 40 clubes. O Sporting Clube de Espinho esteve presente com 6 nadadores (2 femininos e 4 masculinos). O grande destaque vai para a nadadora Inês Melo (Infantil A) ao sagrar-se Vice-Campeã Regional na prova dos 200m Mariposa. No final da competição foram batidos 41 recordes pessoais (incluindo parciais). Esta competição marcou o encerramento da época competitiva para o escalão de infantis.



A notícia desta competição pode ser consultada no nosso *website*, no seguinte *link*: <http://www.scenatacao.com/index.php/17-noticias/531-campeonato-inter-distrital-de-infantis-de-piscina-longa-28-e-29-junho-2014-coimbra>

A deslocação ao 31º Meeting Internacional do Porto foi de 48km, a deslocação ao 25º Torneio Cidade de Estarreja foi de 68km, a deslocação ao Torneio AEJ'14 foi de 48km e a deslocação ao Campeonato Distrital de Verão de Infantis de Piscina Longa foi de 424km, perfazendo um total de **588km** percorridos.

✓ Natação Sincronizada

Unidades de Treino Realizadas

- Para o escalão de Sincronizada - Competição, foram realizados 22 unidades de treino.

- Para o escalão de Sincronizada – Exibição Nível 1, foram realizados 22 unidades de treino.
- Para o escalão de Sincronizada – Exibição Nível 2, foram realizados 22 unidades de treino

Competições e Exibições

- Nos passados dias 7 e 8 de Junho, a secção de Natação Sincronizada do Sporting Clube de Espinho participou no **9º Festival Estrelas do Mar**, nas Piscinas Municipais de Coruche. Este evento contou com a presença de mais de 180 nadadoras representantes de 11 clubes de norte a sul do país. A equipa do Sporting Clube de Espinho esteve representada pelas atletas Ana Filipa Araújo, Ana Magalhães, Sara Rafael, Catarina Silva, Bárbara Gomes, Mafalda Gomes, Maria Ferro, Maria Pinto e Matilde Jardim, Ana Catarina Nogueira e Ana Rocha. Este evento, promovido pela Federação Portuguesa de Natação, tem como principal objetivo o acompanhamento e a divulgação da modalidade.



Tratando-se de um Festival capaz de contemplar as vertentes competitiva, recreativa e formativa, as nadadoras tiveram oportunidade de ultrapassar alguns desafios e assim completar a sua estrela, dando-lhes possibilidade de passar para o nível seguinte. Iniciativas como estas, onde se integra o gosto pela modalidade ao convívio e troca de experiências entre nadadoras, são seguramente uma mais-valia, fornecendo às atletas um conjunto de ferramentas importantes para o seu crescimento e amadurecimento na disciplina. Esta notícia pode ser consultada no nosso *website*, no seguinte *link*:

<http://www.scenatacao.com/index.php/17-noticias/526-9-festival-estrelas-do-mar-7-e-8-junho-2014-coruche>

A deslocação ao 9º Festival Estrelas do Mar foi de **542 km**.