

Sporting Clube de Espinho

Secção de Natação

Relatório de Atividades – Julho 2021



## Natação Pura

### Unidades de Treino Realizadas em Julho

- Para o escalão **A + B**, foram realizados 13 treinos.
- Para o escalão **C**, foram realizados 17 treinos na água.
- Para o escalão de **D1** e **D2**, foram realizados 25 treinos na água.

**No total, foram realizados 55 treinos de água.**

### Competições

- Nos dias **3** e **4**, a secção de natação do Sporting Clube de Espinho participou no **Campeonato Regional de Juvenis, Juniores e Seniores**. Este foi um campeonato organizado pela ANCNP e foi realizado nas Piscinas Municipais da Gafanha da Nazaré. A prova foi realizada sem a presença de público, de forma a garantir que são cumpridas todas as normas de segurança da Direção Geral da Saúde. Estiveram presentes 222 nadadores, em representação de 16 clubes. **O Sporting Clube de Espinho irá estar presente com 13 nadadores (7 masculinos e 6 femininos).**



**Em destaque estiveram os nadadores Rodrigo Rocha e Rodrigo Rodrigues, por se terem sagrado Campeões Regionais, em provas**

**que participaram.** Celso Pinho, Mafalda, Vasco Tavares, Rodrigo Monteiro, Inês Melo, Francisca Silva, Maria Inês, Marta Oliveira também obtiveram pódios regionais. **No final da competição foram alcançados 24 pódios na classificação geral (três 1º lugares, oito 2º lugares e treze 3º lugares) e batidos 43 recordes pessoais, dos quais 9 recorde do clube e 1 Recorde Regional ANCNP:** Francisca Silva - 50m Mariposa Juvenil A; Mafalda Cardoso - 50m Bruços Juvenil B; Marta Oliveira - 200m Estilos Juvenil A; Rodrigo Rocha - 50m Bruços Juvenil A; Rodrigo Rodrigues - 50m Costas Juvenil B, 100m Costas Juvenil B e 200m Costas Juvenil B e ABS e Recorde Regional ANCNP; Vasco Tavares - 1500m Livres Sénior. A notícia desta competição pode ser consultada no nosso website, no seguinte *link*: <https://www.scenatacao.com/index.php/campeonato-regional-de-juvenis-juniores-e-seniores-24-podios-e-1-recorde-regional-para-o-sce-3-e-4-julho-2021-gafanha>

Nos dias **17 e 18**, a secção de natação do Sporting Clube de Espinho participou no **Torneio de Preparação de Jovens, Juniores e Seniores**. Este foi um campeonato organizado pela ANCNP e realizado nas Piscinas Municipais da Gafanha da Nazaré. Estiveram presentes 225 nadadores em representação de 20 clubes. A prova foi realizada sem a presença de público, de forma a garantir que são cumpridas todas as normas de segurança da Direção Geral da Saúde. **O Sporting Clube de Espinho esteve presente com 13 nadadores (7 masculinos e 6 femininos).**



Em grande destaque esteve o nadador **Rodrigo Rodrigues** ao obter o 1º lugar nos 50m Livres (1º Juvenil B) e 50m Mariposa (1º Juvenil B), 2º lugar nos 100m Livres (1º Juvenil B) e 200m Livres (2º Juvenil B) e 50m Costas (1º Juvenil B) e 3º lugar nos 100m Costas (1º Juvenil B). Nas provas de 50m Mariposa e 50m Costas, estabeleceu novos Recordes do Clube do seu escalão e novos Recordes Regionais da ANCNP, tendo ainda nos 50m Costas, tendo batido o Recorde do Clube Absoluto. Também em destaque esteve o nadador **Rodrigo Rocha** ao classificar-se em 1º lugar nos 50m Bruços (1º Juvenil A), 2º lugar nos 100 e 200m Bruços e em 13º lugar nos 200m Estilos e batendo do Recorde do Clube Juvenil A e Absoluto na prova dos 200m Bruços. Os nadadores **Ana Rita Monteiro, Celso Pinho, Mafalda Cardoso Maria Inês Poinho e Vasco Tavares também se destacaram por terem alcançado pódios em provas que participaram.** No final da competição foram alcançados **16 pódios** na classificação geral (cinco 1º lugares, seis 2º lugares e cinco 3º lugares) e batidos **26 recordes pessoais**, dos quais **7 recorde do clube e 2 Recorde Regional ANCNP**: Rodrigo Rocha - 200m Bruços RC Juvenil A e RC ABS; Rodrigo Rodrigues - 50m Costas RC Juvenil B, RC ABS e Recorde Regional ANCNP, 50m Mariposa RC Juvenil B e Recorde Regional ANCNP, 50m Livres RC Juvenil B e 100m Livres RC Juvenil B. A notícia desta competição pode ser consultada no nosso website, no seguinte *link*: <https://www.scenatacao.com/index.php/torneio-de-preparacao-juv-jun-sen-podios-records-do-clube-e-records-regionais-para-o-sce-17-e-18-julho-2021-gafanha>

- Nos dias **24 e 25**, a secção de natação do Sporting Clube de Espinho esteve presente nos **Campeonatos Nacionais de Infantis**.



Este foi um campeonato que encerrou a época competitiva 2020/2021 do escalão de infantis e foi organizado pela FPN e realizado, sem público, nas Piscinas das Manteigadas, em Setúbal. O grande destaque da competição foi o nadador **Francisco Santos ao sagrar-se Vice-Campeão Nacional na prova dos 100m Mariposa**, na categoria de Infantil B, alcançando a 4ª melhor marca nacional do ano em Piscina Longa. Francisco Santos obteve ainda o 32º lugar nos 200m Livres, 46º lugar nos 200m Estilos e 52º lugar nos 400m Livres. João Castro (Infantil B) também se destacou ao ficar no TOP5 na prova dos 200m Bruços, alcançando o 5º lugar, conseguindo também o TOP10 nos 100m Mariposa, ao alcançar o 9º lugar. **No final da competição foram batidos 52 recordes pessoais** (incluindo tempos parciais). A notícia desta competição pode ser consultada no nosso website, no seguinte *link*: <https://www.scenatacao.com/index.php/campeonatos-nacionais-de-infantis-francisco-santos-vice-campeao-nacional-nos-100m-mariposa-24-e-25-julho-2021-setubal>

- No dia **30, 31 de julho e 1 de agosto**, a secção de natação do Sporting Clube de Espinho participou no **Campeonato Nacional de Juvenis**.



Este Campeonato foi organizado pela FPN em parceria com a ANL - Associação de Natação de Lisboa e foi realizado nas Piscinas do Complexo Desportivo do Jamor. A prova foi realizada sem público com a presença de 599 nadadores em representação de 105 clubes, divididos por várias jornadas e sessões, onde foi obrigatória a apresentação de um

teste COVID negativo a todos os participantes, de forma a garantir que seriam cumpridas todas as normas de segurança da Direção Geral da Saúde. **O Sporting Clube de Espinho esteve presente com 4 nadadores (3 masculinos e 1 feminino).** Em destaque esteve o nadador **Rodrigo Rodrigues por ter alcançado o 3º lugar do pódio no escalão de Juvenil B, nos 100m e 200m Costas e 100m Mariposa**, tendo obtido também o 5º lugar nos 100m Livres e o 6º lugar nos 200m Livres. **Mafalda Rodrigues** (Juvenil B), ficou em 8º lugar nos 200m Bruços e 9º lugar nos 100m Bruços. **Rodrigo Rocha** (Juvenil A), alcançou o 8º lugar nos 100m Bruços e 13º lugar nos 200m Bruços. **Celso Pinho** (Juvenil A), ficou em 17º lugar nos 200m Mariposa. No final da competição foram alcançados **3 pódios Juvenis B e batidos 9 recordes pessoais, dos quais 6 recordes do clube (RC) e 2 Recordes Regional (RR) ANCNP:** Rodrigo Rodrigues - 50m Costas RC Juvenil B, 200m Livres RC Juvenil B, 100m Costas RC Juvenil B, RC Absoluto e RR ANCNP e 200m Costas RC Juvenil B, RC Absoluto e RR ANCNP. A notícia desta competição pode ser consultada no nosso website, no seguinte *link*: <https://www.scenatacao.com/index.php/campeonatos-nacionais-de-juvenis-rodrigo-rodrigues-com-3-podios-6-recordes-do-clube-e-2-recordes-regionais-ancnp-30-jul-a-1-ago-2021-jamor>

## Natação Artística

### Unidades de Treino Realizadas em Julho

- Para o escalão **Artística**, foram realizados 7 treinos de condição física no ginásio e 12 treinos na água.

## Masters

### Competições

- Nos dias **9, 10 e 11**, a equipa de masters da secção de natação do Sporting Clube de Espinho participou na última prova da época desportiva 2020/2021 - **XXII Campeonato Nacional de Masters de Verão - OPEN** - realizado em Vila Nova de Famalicão. Este campeonato foi organizado pela FPN e estiveram presentes 421 nadadores em representação de 52 clubes nacionais e espanhóis, onde todos os intervenientes nesta competição foram testados à Covid-19. **António Canelas** (Escalão J), sagrou-se Campeão Nacional nos 100m Mariposa, 200m Estilos e 400m Estilos, Vice-Campeão Nacional nos 50m Mariposa e ficou em 3º lugar nos 50m Costas. **Domingos Ferreira** (Escalão I) sagrou-se Vice-Campeão Nacional nos 200m e 400m Livres e obteve o 3º lugar nos 50m e 100m Livres e o 6º lugar nos 50m Bruços. **Manuela Oliveira** (Escalão E), classificou-se em 3º lugar do pódio nos 100m Livres, obtendo também o 5º lugar nos 50m Bruços e 6º lugar nos 100m Bruços. Neste campeonato, os nadadores do Sporting Clube de Espinho finalizaram a sua época desportiva da melhor maneira, batendo **5 recordes pessoais e onde alcançaram 10 pódios nacionais**. A notícia desta competição pode ser consultada no nosso website, no seguinte *link*: <https://www.scenatacao.com/index.php/xxii-campeonato-nacional-de-masters-de-verao-open-10-podios-nacionais-para-o-sce-9-a-11-julho-2021-vn-famalicao>

