

Sporting Clube de Espinho

Secção de Natação



Relatório de Atividades – Outubro e Novembro 2020

## Natação Pura

### Unidades de Treino Realizadas em Outubro

- Para o escalão **A** e **B**, foram realizados 13 treinos.
- Para o escalão **C1** e **C2**, foram realizados 16 treinos.
- Para o escalão de **D1** e **D2**, foram realizados 24 treinos na água.

**No total, foram realizados 53 treinos.**

### Unidades de Treino Realizadas em Novembro

- Para o escalão **A** e **B**, foram realizados 7 treinos.
- Para o escalão **C1** e **C2**, foram realizados 12 treinos.
- Para o escalão de **D1** e **D2**, foram realizados 19 treinos na água.

**No total, foram realizados 38 treinos.** Devido às medidas do Estado de Emergência impostas pelo Governo, a secção de natação viu-se obrigada a cancelar dois treinos a cada escalão, que se realizavam aos sábados de tarde. Também devido a uma falha técnica na Piscina Municipal de Espinho, não foi possível a realização de treinos durante quatro dias, afetando todos os escalões.

### Competições de Outubro

- Nos dias **24** e **25**, a equipa de juniores e seniores da secção de natação do Sporting Clube de Espinho esteve presente na primeira competição da época 2020/2021. O **Campeonato**



**Regional de Abertura** foi organizado pela Associação de Natação do Centro Norte de Portugal e realizado na Piscina Municipal de Mealhada e

contou com a presença de 141 nadadores, em representação de 16 clubes. Os destaques da competição foram os nadadores Tiago Marques e Vasco Tavares por terem alcançado lugares de pódio em provas que participaram. A notícia desta competição pode ser consultada no nosso website, no seguinte *link*: <https://www.scenatacao.com/index.php/campeonato-regional-de-abertura-juniores-e-seniores-24-e-25-out-2020-mealhada>

## Competições de Novembro

- No dia 7, a Secção de Natação do Sporting Clube de Espinho esteve presente na [Qualificação para o Campeonato Nacional de Clube da 3ª Divisão](#). Esta Qualificação foi organizada pela Federação Portuguesa de Natação e realizada nas Piscinas Municipais da Guarda.



Estiveram presentes 116 nadadoras em representação de 22 clubes. Apenas os primeiros 6 classificados foram qualificados para o Campeonato Nacional de Clubes da 3ª Divisão, ainda sem data definida. **O Sporting Clube de Espinho obteve o 17º lugar em 22 equipas em competição, com 89 pontos, não conseguindo a qualificação, apesar do empenho, dedicação e esforço de todas as nadadoras.** No final da competição foram batidos 2 recordes pessoais. A notícia desta competição pode ser consultada no nosso website, no seguinte *link*: <https://www.scenatacao.com/index.php/campeonato-nacional-de-clubes-fase-qualificacao-7-nov-2020-guarda>

- Nos dias 7 e 8, a equipa de juvenis da secção de natação do Sporting Clube de Espinho participou no [Torneio de Preparação de Juvenis](#). Esta foi uma prova realizada pela ANCNP - Associação de Natação do Centro Norte de Portugal e realizada nas Piscinas Municipais da Gafanha da Nazaré. Estiveram presentes 76 nadadores em representação de 13

clubes. O Sporting Clube de Espinho esteve presente com 4 nadadores masculinos. Rodrigo Rodrigues (Juvenil B) venceu todas as provas em que participou - 100 e 200m Livres, 100m Costas, 100m Mariposa e 200m Estilos. Rodrigo Rocha (Juvenil A) conquistou o 1º lugar nos 50, 100 e 200m Bruços e 100m Estilos, tendo também obtido o 9º lugar nos 100m Livres. Celso Pinho (Juvenil A) obteve o 1º lugar nos 200m Mariposa e o 2º lugar nos 100 e 200m Bruços, 100m Mariposa e 200m Estilos. Rúben Oliveira (Juvenil B) ficou em 2º lugar nos 50m Costas, 4º lugar nos 50m Livres e 8º lugar nos 100m Livres.



**No final da competição foram batidos 19 recordes pessoais, alcançados 15 lugares de pódio (10 1ºs lugares e 5 2ºs lugares) e batidos 3 recordes do clube:** Rodrigo Rocha (50m Bruços Juvenil A) e Rodrigo Rodrigues (50 e 100m Costas Juvenil B). A notícia desta competição pode ser consultada no nosso website, no seguinte *link*: <https://www.scenatacao.com/index.php/torneio-de-preparacao-de-juvenis-15-podios-para-o-sce-7-e-8-nov-2020-gafanha>

- Nos dias **21 e 22**, a equipa de Infantis da secção de natação do Sporting Clube de Espinho participou no **Torneio de Preparação de Infantis**. Este torneio foi organizado pela ANCNP - Associação de Natação do Centro Norte de Portugal e realizado nas Piscinas do Colégio Nª Srª da Apresentação, Calvão, Vagos. Estiveram presentes 116 nadadores em representação de 14 clubes. O Sporting Clube de Espinho esteve presente com 10 nadadores. **O destaque da competição foram os**

**nadadores João Castro, Guilherme Pinto e Marta Sousa, por terem alcançado pódios em provas que participaram.** João Castro (Infantil B) classificou-se em 1º lugar nos 100m Bruços e 2º lugar nos 100m Mariposa, tendo ainda obtido o 6º lugar nos 200m Estilos e 7º lugar nos 100m Costas. Guilherme Pinto (Infantil A) ficou em 1º lugar nos 100m Mariposa, 4º lugar nos 200m Estilos, 5º lugar nos 100m Costas e 9º lugar nos 100m Livres. Marta Sousa (Infantil A) obteve o 3º lugar nos 100m Mariposa, 8º lugar nos 100m Livres e 10º lugar nos 100m Costas.



**No final da competição foram 55 recordes pessoais e alcançados 4 pódios.** A notícia desta competição pode ser consultada no nosso website, no seguinte *link*: <https://www.scenatacao.com/index.php/torneio-de-preparacao-de-infantis-4-podios-para-o-sce-21-e-22-nov-2020-calvao-vagos>

## Natação Artística

### Unidades de Treino Realizadas em Outubro

- Para o escalão de **Natação Artística**, foram realizados 10 treinos na água e 2 treinos em seco.

### Unidades de Treino Realizadas em Novembro

- Para o escalão de **Natação Artística**, foram realizados 7 treinos na água e 4 treinos em seco. Devido às medidas do Estado de Emergência impostas pelo Governo, a secção de natação viu-se obrigada a cancelar

dois treinos, que se realizavam aos sábados de tarde. Também devido a uma falha técnica na Piscina Municipal de Espinho, não foi possível a realização de dois treinos.