

Sporting Clube de Espinho

Secção de Natação



Relatório de Atividades – Setembro e Outubro 2021

Natação Pura

Unidades de Treino Realizadas em Setembro

- Para o escalão **Tigres**, foram realizados 3 treinos físicos (2 presenciais e 1 via ZOOM) e 2 treinos na água.
- Para o escalão **Cadetes B**, foram realizados 3 treinos físicos (2 presenciais e 1 via ZOOM) e 2 treinos na água.
- Para o escalão **Cadetes A**, foram realizados 3 treinos físicos (2 presenciais e 1 via ZOOM) e 4 treinos na água.
- Para o escalão de **Infantis**, foram realizados 6 treinos físicos (5 presenciais e 1 via ZOOM) e 9 treinos na água.
- Para o escalão de **Juvenis e Absolutos**, foram realizados 6 treinos físicos (5 presenciais e 1 via ZOOM) e 9 treinos na água.

No total, foram realizados 21 treinos físicos e 26 treinos de água.

Unidades de Treino Realizadas em Outubro

- Para o escalão **Tigres**, foram realizados 13 treinos na água.
- Para o escalão **Cadetes B**, foram realizados 14 treinos na água.
- Para o escalão **Cadetes A**, foram realizados 15 treinos na água.
- Para o escalão de **Infantis**, foram realizados 22 treinos na água.
- Para o escalão de **Juvenis e Absolutos**, foram realizados 22 treinos na água.

No total, foram realizados 86 treinos de água.

Competições

- Nos **16 e 17 outubro**, a secção de natação do Sporting Clube de Espinho participou no **Torneio Regional de Abertura dos Juniores e Seniores**.

Este torneio foi realizado nas Piscinas do Complexo Desportivo e Lazer do Município de Estarreja e foi organizado pela ANCNP - Associação de Natação Centro Norte Portugal. Estiveram presentes 159 nadadores, em representação de 17 clubes. O Sporting Clube de Espinho esteve presente com 5 nadadores.



O destaque da competição foi o nadador **Rodrigo Rocha** ao ter obtido o 2º lugar nos 100m Bruços (2º Júnior B), 3º lugar nos 50m Bruços (2º Júnior B) e nos 200m Bruços (2º Júnior B), tendo ainda ficado em 9º lugar nos 100m Mariposa (5º Júnior B). **No final da competição foram alcançados 3 pódios, batidos 5 recordes pessoais e 2 recordes do clube:** Rodrigo Rocha - 100m Bruços RC Júnior e 200m Bruços RC Júnior. A notícia desta competição pode ser consultada no nosso website, no seguinte *link*: <https://www.scenatacao.com/index.php/torneio-regional-de-abertura-juniores-e-seniores-sce-com-3-podios-16-e-17-out-2021-estarreja>

- Nos dias **30 e 31 de outubro**, a Secção de Natação Sporting Clube de Espinho participou no **Torneio Regional de Abertura de Infantis e Juvenis**, a primeira prova da época para estes dois escalões. Este torneio foi organizado pela ANCNP – Associação de Natação do Centro Norte de Portugal e realizado nas Piscinas Municipais de Castro Daire. Estiveram presentes 233 nadadores em representação 17 clubes desta Associação. **O S. C. Espinho esteve presente com 19 nadadores** (11 masculinos e 8 femininos), acompanhados pelo treinador Carlos Silva e o dirigente Paulo Freitas. O destaque da competição foi o nadador **Rodrigo Rodrigues** (Juvenil A), ao obter 1º lugar nos 200m e 400m Livres e o 2º lugar nos 200m Estilos. Em destaque também estiveram os nadadores

Beatriz Moreira, Francisca Branco, Francisco Santos, Guilherme Pinto, Guilherme Rocha, João Castro, João Neves, Mafalda Cardoso, Manuel Oliveira, Raquel Monteiro e Oleksandr Sadovnikov por terem subido ao pódio em provas que participaram.



João Castro (Infantil A) ficou em 1º lugar nos 200m Bruços, 2º lugar nos 100m Bruços e 3º lugar nos 100m Mariposa. Francisco Santos (Infantil B) obteve o 2º lugar nos 100 e 200m Mariposa. Guilherme Pinto (Juvenil B), classificou-se em 2º lugar nos 200m Mariposa e 3º lugar nos 200m Costas. Beatriz Moreira alcançou o 2º lugar nos 200m Livres. Mafalda Cardoso (Juvenil A) obteve o 2º lugar nos 200m Bruços. Raquel Monteiro alcançou o 3º lugar nos 100m Bruços. Francisca Branco (Infantil B) classificou-se em 3º lugar nos 200m Livres. Manuel Oliveira (infantil A) ficou em 3º lugar nos 100 e 200m Livres. João Neves (Infantil A) classificou-se no 3º lugar nos 200m Costas. Guilherme Rocha (Juvenil B) alcançou o 3º lugar nos 100m Bruços. Oleksandr Sadovnikov (Infantil B) obteve o 3º lugar nos 200m Bruços.

Nas Estafetas de 4x100m Livres, os nadadores Rodrigo Rodrigues, Guilherme Pinto, Rúben Oliveira e Guilherme Rocha ficaram em 1º lugar na categoria Juvenil e os nadadores Manuel Oliveira, Francisco Santos, João Castro e João Neves ficaram em 2º lugar na categoria Infantil. Na mesma prova, as nadadoras Mafalda Cardoso, Raquel Monteiro, Leonor Rocha e Ana Carolina Moreira obtiveram o 3º lugar na categoria Juvenil. Nas Estafetas por 4x100m Estilos, os nadadores Rodrigo Rodrigues, João Castro, Guilherme Pinto e Guilherme Rocha ficaram em 1º lugar na categoria da Absolutos e os nadadores João Neves, Miguel Amorim, Francisco Santos e Manuel Oliveira obtiveram o 2º lugar na categoria Infantil. Na mesma prova, Beatriz Moreira, Adriana Trindade, Francisca Branco e Nádía Sá alcançaram o 1º lugar Infantil B e as nadadoras Ana

Carolina Moreira, Raquel Monteiro Mafalda Cardoso e Leonor Rocha ficaram em 1º lugar na categoria Juvenil. **Nesta competição foram alcançados 26 pódios individuais e coletivos (sete 1º lugares, nove 2º lugares e dez 3º lugares) e foram batidos 89 recordes pessoais.** 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>

Natação Artística

Unidades de Treino Realizadas em Setembro

- Para o escalão **Natação Artística**, foram realizados 4 treinos físicos (3 presenciais e 1 via ZOOM) e 4 treinos na água.

Unidades de Treino Realizadas em Setembro

- Para o escalão **Natação Artística**, foram realizados 4 treinos físicos e 13 treinos na água.

Masters

Competições

- No dia **11 de setembro**, a Secção de Natação do SCE participou no **Meeting Internacional de Águas Abertas de Montalegre**. Este Meeting foi um evento Náutico de âmbito Internacional na vertente Águas Abertas, fazendo parte do Circuito Nacional de Águas Abertas 2021 da Federação Portuguesa de Natação.



O Sporting Clube de Espinho esteve representado pelos nadadores do escalão de Masters, António Canelas e Domingos Ferreira. António Canelas obteve o 1º lugar no escalão J e Domingos Ferreira classificou-se em 2º lugar no escalão I. Este campeonato foi organizado pode ser consultada no nosso website, no seguinte *link*:
<https://www.scenatacao.com/index.php/meeting-internacional-de-aguas-abertas-de-montalegre-sce-com-2-podios-11-set-2021-montalegre>