

Sporting Clube de Espinho

Secção de Natação

Relatório de Atividades – Novembro 2023



## Gala do Desporto de Espinho | Paulo Freitas eleito o Dirigente do Ano | 25 Nov 2023



No dia **25**, a Câmara Municipal de Espinho organizou a **Gala do Desporto**, homenageando as figuras e associações que ajudaram a agigantar o desporto local, enaltecendo feitos e conquistas de atletas, treinadores, dirigentes, agentes desportivos e clubes. **A Secção de Natação e a Secção de Desporto Adaptado do Sporting Clube de Espinho estiveram presentes com vários homenageados e nomeados em diversas categorias.** Na categoria de Campeões Nacionais, prémio esse atribuído a todos os atletas que na época desportiva em questão, tenham sido campeões nacionais na respetiva modalidade, quer individualmente ou coletivamente, reconhecidos pela entidade governamental responsável na área do desporto, **António Canelas e Rodrigo Rodrigues, na natação e Ana Correia, João Pinto, André Ramos e Herlander Correia**, no boccia, foram os homenageados. Na categoria de Treinador do Ano, prémio esse atribuído ao treinador que na época desportiva em questão tenha desenvolvido um trabalho de relevo ao serviço de um clube do concelho de Espinho, sendo ainda elegíveis os treinadores de outros clubes, nomeadamente de âmbito regional ou nacional, que pelo seu mérito próprio tenham contribuído para a elevação do nome da Cidade e do concelho, **André Tavares**, treinador

da equipa de boccia, foi um dos nomeados. Na categoria de Dirigente do Ano, prémio esse atribuído ao dirigente desportivo que na época desportiva em questão tenha desenvolvido um trabalho relevante ao nível da coletividade que representa, **Paulo Freitas** foi o vencedor, pelo trabalho realizado nas secções de natação e desporto adaptado do Sporting Clube de Espinho. A notícia *online* desta Gala do Desporto pode ser consultada [aqui](#).

## Natação Pura

### Unidades de Treino Realizadas em Novembro

- Para o escalão de **Tigres SS**, foram realizados 11 treinos.
- Para o escalão de **Tigres TQ**, foram realizados 11 treinos.
- Para o escalão **Cadetes**, foram realizados 14 treinos.
- Para o escalão de **Infantis, Juvenis e Absolutos**, foram realizados 23 treinos.

No total, foram realizados 59 treinos.

### Competições

- Nos dias **18 e 19**, a **Secção de Natação do Sporting Clube de Espinho** participou com a sua equipa de Cadetes, no **I Torregri**. Esta competição realizou-se no Complexo Desportivo e Lazer de Estarreja, e foi organizada pela ANCNP - Associação de Natação do Centro Norte de Portugal.



Estiveram presentes 133 nadadores, em representação de 16 clubes. **O Sporting Clube de Espinho este presente com 14 nadadores** (10 masculinos e 4 femininos). **Em destaque estiveram os nadadores Constança Silva, Lourenço Rocha, Ricardo Ferreira e Rodrigo Almeida por terem alcançado pódios em provas que participaram.** Ricardo Ferreira (Cadete A) ficou em 1º lugar nos 100m Costas. Constança Silva (Cadete A) classificou-se em 2º lugar nos 100m Mariposa e 3º lugar nos 200m Livres e 100m Estilos. Lourenço Rocha (Cadete B) classificou-se em 2º lugar nos 50m Bruços+Livres. Rodrigo Almeida (Cadete A) obteve o 3º lugar nos 200m Livres e 100m Costas. Também em destaque estiveram as estafetas masculinas. Os nadadores Nilton Costa, Ricardo Ferreira, Rodrigo Almeida e Xavier Costa obtiveram o 1º lugar nos 4x50m Livres e 4x50m Estilos, no escalão Cadetes A. Os nadadores Daniel Oliveira, Gustavo Rocha, Lourenço Rocha e Martin Silva classificaram-se em 1º lugar nos 4x25m Livres e 4x25m Estilos, no escalão Cadetes B. **No final da competição, foram alcançados 76 recordes pessoais (incluindo tempos parciais) e 11 pódios (5 de ouro, 2 de prata, 4 de bronze).** A notícia *online* desta competição pode ser consultada [aqui](#).

- Nos dias 18 e 19, a **Secção de Natação do Sporting Clube de Espinho** participou com a sua equipa de Infantis, no **Torneio Nadador Completo**. Esta competição realizou-se no Complexo Desportivo e Lazer de Estarreja, e foi organizada pela ANCNP - Associação de Natação do Centro Norte de Portugal. Estiveram presentes 104 nadadores, em representação de 15 clubes. **O Sporting Clube de Espinho esteve presentes com 6 nadadores** (4 masculinos e 2 femininos).



A classificação final deste torneio foi realizada através da soma dos pontos FINA de cada prova realizada por cada nadador, onde foi atribuído

um diploma até ao 8º classificado por escalão. **Em destaque estiveram os nadadores Inês Borges e Nadir Rosário por terem recebido um diploma de mérito desportivo pela sua classificação final neste torneio.** Nadir Rosário (Infantil B) obteve o 2º lugar na classificação geral com 1245 pontos, após ter obtido o 2º lugar nos 100m Livres e 100m Mariposa, 3º lugar nos 100m Bruços e 200m Estilos e 4º lugar nos 100m Costas. Inês Borges (Infantil A) ficou em 6º lugar na classificação geral com 1525 pontos, após ter ficado em 3º lugar nos 100m Mariposa, 5º lugar nos 100m Livres, 100m Costas e 200m Estilos e 11º lugar nos 100m Bruços. **No final da competição, foram batidos 42 recordes pessoais.** A notícia *online* desta competição pode ser consultada [aqui](#).

- Nos dias **25 e 26**, a **Secção de Natação do Sporting Clube de Espinho** esteve presente no **Campeonato Regional de Outono - Juvenis, Juniores e Seniores**. Esta competição foi organizada pela ANCNP - Associação de Natação do Centro Norte de Portugal e realizada nas Piscinas Municipal da Gafanha da Nazaré. Estiveram presentes 280 nadadores em representação de 20 clubes. **O Sporting Clube de Espinho esteve presente com 17 nadadores.**



**Em destaque estiveram os nadadores Adriana Trindade, Ana Rita Monteiro, Beatriz Moreira, Francisco Santos, Guilherme Martins, Guilherme Pinto, João Castro, João Neves, Manuel Oliveira, Mariana Azevedo e Rodrigo Rocha, por terem alcançados pódios em provas que participaram. Guilherme Pinto** (Júnior) sagrou-se Campeão Regional nos 400 e 800m Livres e 200m Mariposa, Vice-Campeão Regional nos 50m Mariposa e 200m Costas e 3º lugar nos 100m Costas. **Francisco Santos** (Juvenil A) sagrou-se Campeão Regional nos 100 e 200m Mariposa e Vice-Campeão Regional nos 50m Mariposa. **Mariana Azevedo** (Juvenil B) sagrou-se Campeã Regional nos 50 e 100m Bruços e 3º lugar nos 50m Livres. **João Castro** (Juvenil A) sagrou-se Campeão Regional nos 50m Mariposa, Vice-Campeão Regional nos 100 e 200m Mariposa e 3º lugar nos 200m Estilos. **Rodrigo Rocha** (Sénior) sagrou-se Campeão Regional nos 200m Bruços e Vice-Campeão Regional nos 50 e 100m Bruços. **Beatriz Moreira** (Juvenil B) sagrou-se Campeã Regional nos 200m Costas e Vice-Campeã Regional nos 200m Estilos. **Guilherme Martins** (Juvenil B) sagrou-se Campeão Regional nos 100m Mariposa e 3º lugar nos 200m Mariposa, 100 e 200m Estilos. **Adriana Trindade** (Juvenil B) sagrou-se Vice-Campeã Regional nos 200m Costas e 200m Mariposa e 3º lugar nos 400m Livres e 100m Bruços. **João Neves** (Juvenil A) classificou-se em 3º lugar nos 50m Costas e 200m Costas. **Manuel Oliveira** (Juvenil A) obteve o 3º lugar nos 50m Livres. **Ana Rita Monteiro** (Sénior) ficou em 3º lugar nos 200m Livres. Também em destaque estiveram as estafetas tigras, onde os nadadores **Francisco Santos, João Castro, João Neves e Manuel Oliveira** sagraram-se Campeões Regionais nos 4x100m Estilos e Vice-Campeões Regionais nos 4x50m Estilos, 4x50m, 4x100m e 4x200m Livres. Os nadadores **Guilherme Rocha, Guilherme Pinto, Leonor Rocha e Raquel Monteiro** classificaram-se em 3º lugar nos 4x100m Estilos e em 4º lugar nos 4x100m Livres. **No final da competição foram alcançados 39 pódios (12 de ouro, 14 de prata e 13 de bronze), batidos 70 recordes pessoais (incluindo tempos parciais) e 8 recordes do clube: Guilherme Pinto - 800m Livres RC Jun; Mariana Azevedo - 50m Bruços RC JuvA; Estafetas 4x50m, 4x100m e 4x200m Livres e 4x50m e 4x100m**

Estilos Juvenil A com os nadadores Francisco Santos, João Castro, João Neves e Manuel Oliveira e Estafeta 4x100m Livres Mista Júnior com os nadadores Guilherme Pinto, Guilherme Rocha, Leonor Rocha e Raquel Monteiro. A notícia *online* desta competição pode ser consultada [aqui](#).

## Natação Artística

### Unidades de Treino Realizadas em Novembro

- Para o escalão de **Artística 1**, foram realizados 14 treinos.
- Para o escalão de **Artística 2**, foram realizados 14 treinos.