



Sporting Clube de Espinho

Secção de Natação

Relatório de Atividades

setembro 2025

outubro 2025



Início da Época Desportiva 2025/2026



Iniciou-se no dia **8 de setembro**, mais uma época para a Secção de Natação do Sporting Clube de Espinho. Enquanto a Piscina Municipal de Espinho não abriu ao público, os nadadores tigres iniciaram a sua época desportiva, com **treinos em seco, perto da zona balnear da cidade**. Com o atraso da abertura em relação à data prevista, a Secção de Natação realizou 3 treinos na Piscina dos Bombeiros Voluntários de Esmoriz para os escalões de Tigres e Cadetes. **A Piscina Municipal de Espinho abriu no dia 25 de setembro.**

Sessão Fotográfica



No dia **27 de setembro**, a secção de natação realizou a sua habitual **sessão fotográfica** onde foram fotografados todos os nadadores de forma individual, todos os escalões competitivos e uma foto de grupo com todos os nadadores pertencentes à sessão.

Gala ANCNP 2025

António Canelas, Fernanda Alves e Mariana Azevedo homenageados | 4 out 2025

No dia **4 de outubro**, realizou-se no Auditório Renato Araújo, no Edifício da Reitoria da Universidade de Aveiro, a **Gala da ANCNP - Associação de Natação do Centro Norte de Portugal**, onde foram homenageados nadadores, treinadores e clubes nas diferentes vertentes

da modalidade de natação - natação pura, natação artística, natação adaptada e masters, referente à época desportiva 2024/2025.



Na categoria de natação pura, **Mariana Azevedo** foi homenageada na categoria de **Mérito Desportivo** que distingue os atletas que, na última época desportiva, se tenham destacado pelo desempenho desportivo, com base em Pódios Nacionais.

Na categoria de masters, **António Canelas** foi homenageado na categoria de **Mérito Desportivo e Honra Desportiva** nas modalidades de natação pura e águas abertas. A nadadora **Maria Fernanda Alves** foi homenageada na categoria de **Mérito Desportivo de natação pura**. Estes prémios destacaram os masters que, na última época desportiva, se tenham destacado pelo desempenho desportivo com base em recordes e pódios nacionais. Para motivar os atletas da formação, a direção da ANCNP, tomou a iniciativa de convidar todos aqueles nadadores que participaram no 3 Festivais de Cadetes realizados na época 2024/2025. Pelo Sporting Clube de Espinho, estiveram presentes os nadadores de natação pura **Ana Loureiro, Ana Sanfins, Carolina Santos, Carolina Silva, Daniel Oliveira, Eduarda Neves, Inês Ambrósio, Leonor Ambrósio, Pilar Fernandes**.

A Secção de Natação do Sporting Clube de Espinho aproveita mais uma vez para, publicamente, congratular todos os que foram homenageados pelos feitos alcançados durante a época desportiva 2024/2025, demonstrando que compensou todo o trabalho, o esforço, a dedicação e os sacrifícios, quer dos nomeados, mas também de toda a estrutura desportiva e familiar. Parabéns a todos!

Reuniões de Pais

Entre os dias **22 e 26 de setembro**, foram realizadas reuniões com os pais dos nadadores de natação pura, onde foram abordados temas como inscrições e filiações, questões associadas ao treino, equipamento desportivo e mensalidades, gestão de balneário, competições, webmail, rifas e almoço de natal e patrocínios/donativos.

Unidades de Treino Realizadas em setembro

- Para o escalão de **Tigres SS**, foram realizados 5 treinos na água e 6 em seco.
- Para o escalão de **Tigres TQ**, foram realizados 3 treinos na água e 6 em seco.
- Para o escalão **Cadetes**, foram realizados 3 treinos na água e 6 em seco.
- Para o escalão de **Infantis, Juvenis e Absolutos**, foram realizados 4 treinos na água e 9 em seco.

No total, foram realizados 27 treinos em seco e 15 treinos na água.

Unidades de Treino Realizadas em outubro

- Para o escalão de **Tigres SS**, foram realizados 13 treinos.
- Para o escalão de **Tigres TQ**, foram realizados 12 treinos.
- Para o escalão **Cadetes**, foram realizados 18 treinos.
- Para o escalão de **Infantis, Juvenis e Absolutos**, foram realizados 25 treinos.

No total, foram realizados 68 treinos.

Competições

No dia **18 de outubro**, a Secção de Natação do Sporting Clube de Espinho esteve presente no **Taça ANCNP**, com os escalões de Infantis, Juvenis e Absolutos. Esta Taça foi organizada pela ANCNP e realizada nas Piscinas Municipais de Castro D'Aire. Estiveram presentes 356 nadadores, em representação de 17 clubes. **O Sporting Clube de Espinho esteve presente com 28 nadadores** (16 masculinos e 12 femininos), obtendo o **4º lugar na classificação final**, com 17639 pontos. Em destaque, estiveram os nadadores **Guilherme Martins, Ricardo Ferreira, Rodrigo Almeida e Rodrigo Rodrigues**, por terem vencido pelo menos uma prova em que participaram. Nas provas de estafetas, os nadadores **Francisco Santos, João Castro,**

João Neves e Manuel Oliveira classificaram-se em 2º lugar nos 4x50m Livres. Os nadadores **Duarte Assunção, Ricardo Ferreira, Rodrigo Almeida e Xavier Costa** obtiveram o 2º lugar nos 4x100m Livres. As nadadoras **Adriana Trindade, Inês Borges, Maria Pádua e Mariana Azevedo** ficaram em 2º lugar nos 4x50m Livres.



No final da competição foram alcançados 39 recordes pessoais entre os quais 2 recordes do clube: Núria Silva – 100m Estilos RC Sénior e 4x50m Livres Feminino Juvenil (Inês Borges, Adriana Trindade, Maria Pádua e Mariana Azevedo). A notícia online desta competição pode ser consultada [aqui](#).

NATAÇÃO ARTÍSTICA

Unidades de Treino Realizadas em setembro

- Para o escalão de **Artística 1**, foram realizados 2 treinos na água e 10 em seco.
- Para o escalão de **Artística 2**, foram realizados 2 treinos na água e 10 em seco.

No total, foram realizados 20 treinos em seco e 4 treinos na água.

Unidades de Treino Realizadas em outubro

- Para o escalão de **Artística 1**, foram realizados 18 treinos na água e 13 em seco.
- Para o escalão de **Artística 2**, foram realizados 18 treinos na água e 13 em seco.

No total, foram realizados 26 treinos em seco e 36 treinos na água.