

**Estágios de capacitação técnica FPN 2018/2019**  
**ENCONTRO NACIONAL DO JOVEM NADADOR (ENJN)**  
**Cadetes A**

- 2 ESTÁGIOS (1 dia, 2 sessões)
  - Macro 1
  - Macro 2

|            | Data/Local |                               |           |
|------------|------------|-------------------------------|-----------|
| 1º Estágio | 27-Dez     | Piscina Municipal de Barcelos | 2 Sessões |
| 2º Estágio | 12-Abr     |                               | 2 Sessões |

**Nº de nadadores ESTÁGIOS:**

- 28 nadadores Cadetes A (14 masculinos, 14 femininos)
  - 16 (8 masculinos e 8 femininos) selecionados pelos critérios
  - 12 selecionados por proposta do DTR com os critérios: representatividade de todos os clubes da ANMinho com nadadores nos estágios e nadadores de referência do grupo Cadete A que por motivos imprevistos tenham sido excluídos da seleção.

**Critérios de seleção:**

Estágio 1: Resultados do Torregri do Natal

- Pontuação FINA no somatório das provas de 200m Livres, 100m Estilos, e uma prova de 100m (Mariposa, Costas, ou Bruços).

Estágio 2: Resultados do Torregri da Páscoa

- Pontuação FINA no somatório das provas de 400m Livres, 200m Estilos, e duas provas de 100m (Mariposa, Costas, Bruços, ou Livres).

**Tipo de avaliação:**

- Avaliação e correção técnica

**Conteúdos**

- Modelo técnico (nado, partidas, viragens)
- Avaliação técnica
- Intervenção e correção técnica
- Avaliação de características individuais
- Dados antropométricos: altura, peso, envergadura

- ENCONTRO NACIONAL DO JOVEM NADADOR (2 dias, 3 sessões)
  - Macro 3

|      |             |      |           |
|------|-------------|------|-----------|
|      | Data/Local  |      |           |
| ENJN | 20 e 21-Jul | ANDS | 3 Sessões |

**Nº de nadadores ENJN:**

- 24 nadadores Cadetes A (12 masculinos, 12 femininos)
  - 12 (6 masculinos e 6 femininos) selecionados pelos critérios
  - 12 selecionados por proposta do DTR com os critérios: representatividade de todos os clubes da ANMinho com nadadores nos estágios e nadadores de referência do grupo Cadete A que por motivos imprevistos tenham sido excluídos da seleção.
  - Adicionalmente aos 24 nadadores convocados pelos critérios descritos, os nadadores presentes no 1º e/ou 2º estágios de capacitação técnica (que não foram selecionados para este Encontro) serão também incluídos na convocatória.

**ENJN: Resultados do Torregri de Verão**

- Pontuação FINA no somatório das provas de 400m Livres, 200m Estilos, e duas provas de 100m (Mariposa, Costas, Bruços, ou Livres).

**Pressupostos FPN – ESTÁGIOS + ENJN**

- Certificação de cada estágio com 0.5 Unidades de Crédito para a renovação da cédula de Treinador de Desporto – Natação, de grau I e II.
- ESTÁGIOS: Deverá estar presente no estágio um treinador do clube do nadador convocado.
- A ausência nos estágios poderá implicar a exclusão do nadador e treinador dos estágios seguintes e nas ações organizadas pela AT respetiva e pela FPN na presente e na época seguinte.
- No caso dos nadadores individuais, estes deverão indicar, no momento da filiação, o técnico responsável pela sua preparação, o qual acompanhará o nadador nos estágios de capacitação técnica. O treinador indicado deverá cumprir os requisitos legais de habilitação técnica para a função.
- ENJN: cada Associação Territorial deverá estar representada pelo Diretor Técnico Regional e por 2 técnicos a indicar pela Associação entre os clubes com nadadores presentes. O transporte é da responsabilidade de cada Associação Territorial em coordenação com os clubes envolvidos. O Alojamento e Alimentação são da responsabilidade da organização local e da FPN.