

1. ESTÁGIO DE CAPACITA O ANL

Atendendo   impossibilidade de se ter realizado 3  o Estágio de Capacita o de Infantis no final da época 2013-2014, foi deliberado pela da direc o da ANL que o mesmo seria organizado no in cio da presente época desportiva, e logo que houvesse as condi es para a sua exequibilidade.

Decorre desta decisão que a 8 de Novembro será realizado estágio supra mencionado, de acordo com as seguintes condi es

1. ATLETAS SELECIONADOS

Os nadadores seleccionados serão os que estavam inicialmente convocados na Circular 38 -13/14, e conforme os critérios estabelecidos   data.

| Masculinos | | | | |
|------------|----------------------------|------|---------|----------|
| | Nome | Ano | Clube | Pts Fina |
| Infantis B | Rafael Alcântara Aires | 2001 | ANAM | 894 |
| | Ricardo Pinela Ferreira | 2001 | SAD | 841 |
| | David Matias Cristino | 2001 | ANAM | 817 |
| | Rodrigo Ponte Jorge | 2001 | ANAM | 796 |
| | Diogo Santos Cardoso | 2001 | ADRCIMM | 775 |
| | Alexandre Miguel Branco | 2001 | SCP | 774 |
| | Guilherme Ventura Carvalho | 2001 | GESL | 747 |
| | Tiago Maria Camões | 2001 | SFUAP | 724 |
| | Renato Barros Frischknecht | 2001 | SAD | 709 |
| Infantis A | Diogo Leal Dantas | 2000 | SCP | 1077 |
| | José Tomas Simeão | 2000 | CIRL | 955 |
| | Ricardo Alexandre Faia | 2000 | SLB | 917 |
| | Francisco Silva Pinheiro | 2000 | SAD | 901 |
| | Joao Pedro Silva | 2000 | ANAM | 900 |
| | Filipe Miguel Santo | 2000 | SCP | 874 |
| | Afonso Guilherme Jesus | 2000 | SCP | 868 |
| | Bernardo Antunes Augusto | 2000 | CNS | 849 |
| | Tomas Dias Ferreira | 2000 | GESL | 826 |



associação de natação de lisboa

| Femininos | | | | |
|------------|-----------------------------|------|---------|----------|
| | Nome | Ano | Clube | Pts Fina |
| Infantis B | Rafaela Gomes Azevedo | 2002 | SAD | 1046 |
| | Alexandra Couto Frazão | 2002 | CNA | 1043 |
| | Clara Gomes Pereira | 2002 | SAD | 981 |
| | Francisca Salvador Mesquita | 2002 | ADRCIMM | 924 |
| | Leonor Camacho Fernandes | 2002 | SCP | 909 |
| | Mariana Amaral Mendes | 2002 | ADRCIMM | 892 |
| | Filipa Inácio Cazeiro | 2002 | CIRL | 881 |
| | Carolina Ganhão Ferro | 2002 | GESL | 870 |
| | Madalena Maria Ferreira | 2002 | SCP | 855 |
| Infantis A | Raquel Antunes Tremeço | 2001 | SCP | 1155 |
| | Concha Guerra Marreiros | 2001 | SAD | 1079 |
| | Barbara Francisco Ferreira | 2001 | GESL | 1073 |
| | Filipa Serrano Rodrigues | 2001 | SFUAP | 1070 |
| | Carolina Rosa Marcelino | 2001 | SAD | 1034 |
| | Luísa Maria Machado | 2001 | SFUAP | 994 |
| | Raquel Santos Sousa | 2001 | CFB | 982 |
| | Ana Cruz Antunes | 2001 | SLB | 971 |
| | Tatiana Raquel Pombo | 2001 | ANSE | 964 |

Em conformidade com o definido na alínea **d)** dos critérios estabelecidos, os atletas seleccionados são:

| | | | | |
|-------|---------------------------|------|------|-----|
| Inf B | Ricardo Martins Brás | 2001 | CFB | 693 |
| | Edgar Filipe Santos | 2001 | ANAM | 692 |
| | Maria Margarida Belo | 2002 | SCP | 819 |
| | Carolina Barros Domingos | 2002 | SCP | 755 |
| Inf A | Daniel Cipriano Pinto | 2000 | SCP | 814 |
| | Sebastião Limbert Piedade | 2000 | SAD | 798 |
| | Mariana Sobral Galacha | 2001 | SCP | 943 |
| | Mariana Delicado Correia | 2001 | SCP | 937 |

2. TREINADORES PARTICIPANTES

- Os Clubes participantes devem indicar um treinador para acompanhar o estágio.
- Podem também participar no estágio treinadores pertencentes à ANL, desde que devidamente filiados, e mediante solicitação junto do departamento técnico.



associação de natação de lisboa

3. ORGANIZAÇÃO, LOCAL DE REALIZAÇÃO E HORÁRIO

Organização: ANL

Local: Piscina da Sociedade Filarmónica União Artística Piedense (SFUAP)

Data: 8 de Novembro de 2014

Horários: das 9h00 às 18h30 (almoço incluído)

Deverão ainda os atletas levar snacks e líquidos adequados para ingerir entre as tarefas de treino e entre as refeições.

4. MATERIAL

Os nadadores devem fazer-se acompanhar de todo o material necessário à realização dos treinos, agasalhos para os períodos de transição e de almoço, bem como snacks e líquidos adequados para ingerir entre as tarefas de treino.

5. CONFIRMAÇÕES

- A fim de atempadamente indicar à entidade que nos acolhe qual o número exacto de participantes no estágio, **todas as confirmações deverão ser realizadas com até às 17h00 de dia 1 de Novembro de 2014, agradecendo no entanto que elas sejam feitas com a maior antecedência possível.** As confirmações deverão ser realizadas para: dtr@anlisboa.pt
- As faltas/ausências ao estágio deverão ser devidamente comunicadas e acompanhadas das devidas justificações. O incumprimento no exposto pode implicar a exclusão dos atletas nos estágios ou outras selecções a realizar pela ANL.

O Director Técnico Regional da ANL

Alexandre Serrasqueiro