



COMUNICADO Nº 05/26

09/02/2026

ÍNDICE

1. NATAÇÃO PURA
2. POLO AQUÁTICO
3. ÁGUAS ABERTAS
4. NATAÇÃO ARTÍSTICA
5. NATAÇÃO ADAPTADA
6. RECORDES HOMOLOGADOS

1. NATAÇÃO PURA

a) Plano de Alto Rendimento de Natação Pura 2026 - ALTERAÇÕES

- Após divulgação do regulamento da edição XXXIX do *Trofeo Internacional de Natación Villa de Gijón*, verificamos que o mesmo se realiza nos dias 22, 23 e 24 de maio de 2026, e não nas datas de 15, 16 e 17 de maio de 2026, conforme publicado. Face ao exposto foi efetuada a correção das datas (página 5 e tabela 5) no Plano de Alto Rendimento da disciplina de Natação Pura para o ano de 2026.
- A European Aquatics, no dia 5 de fevereiro de 2026, divulgou a atribuição da cidade de Munique para a organização do Campeonato Europeu de Júniores de 7 a 12 de julho de 2026. Face ao exposto foi efetuada a correção do local (página 5 e tabela 17) no Plano de Alto Rendimento da disciplina de Natação Pura para o ano de 2026.

As correções efetuadas e o PAR NP 2026 encontra-se publicado no Site FPN, através do seguinte link: https://fpnatacao.pt/uploads/PA-NP-PAR-2025_2026_-_05_02_2026.pdf

b) Estágio de Preparação Específica – Tenerife (ESP), 8 de março a 14 de março de 2026 - Seleção Sénior Elite (E4_AS_SE)

De acordo com o Plano de Alto Rendimento e Seleções Nacionais de Natação Pura 2026, estão selecionados os seguintes nadadores:





Masculinos	Clube
Diogo Matos Ribeiro	SLB
Gonçalo Carlos Azevedo	FCP

O enquadramento técnico será assegurado pelos seguintes elementos:

FPN:

- Responsável da delegação: Samie Elias (FPN)
- Fisiologista e Preparação Física: Igor Silveira (FPN)

Alojamento e Refeições: Aparthotel HOVIMA JARDÍN CALETA

Concentração – Partida (8 de março de 2026):

- Aeroporto Internacional de Lisboa Humberto Delgado – **09:00**

Concentração – Regresso (14 de março de 2026):

- Aeroporto Internacional de Lisboa Humberto Delgado – **20:05**

Importante:

- As viagens para o local de concentração, na partida e na chegada, são da responsabilidade dos participantes nesta atividade.

Plano de Viagem:

8 de março	TP1126	Lisboa / Tenerife	11:10 / 13:40
14 de março	IB1546	Tenerife / Madrid	15:00 / 18:55
	IB0537	Madrid / Lisboa	19:40 / 20:05

Nota 1: Todos os intervenientes deverão fazer-se acompanhar do Cartão de Cidadão/Passaporte (dentro da data de validade do evento) e do Cartão Europeu de Seguro de Doença.

Nota 2: Todos os nadadores devem fazer-se acompanhar de todo o material necessário para as diferentes sessões de treino do estágio.

Nota 3: Nadadores que tenham impedimentos válidos à participação, deverão contactar o DTN-NP (ricardo.antunes@fpnatacao.pt), com a maior brevidade.





Nota 4: Os pedidos de dispensa ao abrigo do Decreto-Lei nº 272/09, de 01 de outubro (Regime do Alto Rendimento), por implicarem requisição ao Instituto Português do Desporto e Juventude, terão que ser solicitados previamente à realização desta competição. Neste sentido, os interessados deverão enviar, através dos respetivos clubes, informação para a FPN (mafalda.nobre@fpnatacao.pt), indicando o nome do nadador, o NIF, o CC/BI, bem como o ano, turma e número de aluno e os contactos da Escola que o nadador frequenta.

c) Estágio de Avaliação e Controlo no CAR JAMOR de 16 a 21 de março de 2026 (E3_AS_SE) e de 11 a 16 de maio de 2026 (E7_AS_SE) - Seleção Sénior Elite

No seguimento do Plano de Alto Rendimento 2026 - Natação Pura, em específico plano para a seleção nacional sénior elite, informamos que está convocado para o Estágio o seguinte nadador:

Masculinos	Clube
João Nogueira Costa	VSC

O enquadramento técnico será assegurado pelo seguinte elemento:

Treinador Convidado: Rui Costa (VSC)

Alojamento e Refeições: Centro de Estágio do Jamor

Plano de Viagem: As viagens para o local do estágio são da responsabilidade dos participantes nesta atividade.

Nota 1: O nadador convocado deverá ser portador de todo o equipamento necessário para o estágio.

Nota 2: Nadadores que tenham impedimentos válidos à participação, deverão contactar o DTN-NP (ricardo.antunes@fpnatacao.pt), com a maior brevidade.

Nota 3: Os pedidos de dispensa ao abrigo do Decreto-Lei nº 272/09, de 01 de outubro (Regime do Alto Rendimento), por implicarem requisição ao Instituto Português do Desporto e Juventude, terão que ser solicitados previamente à realização desta competição. Neste sentido, os interessados deverão enviar, através dos respetivos clubes, informação para a FPN (mafalda.nobre@fpnatacao.pt), indicando o nome do nadador, o NIF, o CC/BI, bem como o ano, turma e número de aluno e os contactos da Escola que o nadador frequenta.





2. POLO AQUÁTICO

a) Estágio de Preparação Juvenil Masculino, Matosinhos

Na sequência do Comunicado 04/06 informamos que, o plano de preparação do estágio Juvenil Masculino sofreu alterações decorrentes de dificuldades logísticas. Assim o Estágio decorrerá nos seguintes dias, locais e horários:

Concentração e Plano de Preparação

Dia 15 de Fevereiro, às 13:00 horas na Piscina da Srª da Hora em Matosinhos.
Treino das 13:30 às 16:30.

Dia 16 de Fevereiro, às 8:45 horas na Piscina Municipal de Felgueiras.
Treino das 9:30 às 13:00 e das 15:15 às 17:30.

Dia 17 de Fevereiro, às 8:30 horas na Piscina da Srª da Hora em Matosinhos.
Treino das 9:00 às 12:30.
Término do Estágio – 13:00

Alojamento

Os atletas do Centro e sul ficarão alojados no Hotel MOOV Norte, em Matosinhos.
Os atletas do Norte irão pernoitar a casa.

Material

Todos os atletas deverão levar todo o material para treino de água e em seco incluindo elástico e cantil.

Documentação

Todos os selecionados deverão ser portadores de Cartão de Cidadão e Cartão Europeu de Seguro de Doença.

Limitações

Se alguma atleta tiver algum impedimento físico que o impeça de cumprir o programa de preparação deve comunicá-lo com a máxima brevidade.

b) Estágio de Capacitação Infantil Masculino.

Na sequência do Comunicado 04/06 informamos que, o plano de preparação do Estágio de Capacitação Infantil Masculino:

Concentração

Às 15:00 horas na Piscina Municipal de Felgueiras.





Alojamento

Os atletas irão pernoitar na Piscina realizando as refeições no mesmo local em serviço de Catering.

Plano de preparação

Dia 14

15:15 - 18:30 - Treino água

Dia 15

09:00 - 12:00 – Treino de água

15:00 - 18:00 – Treino de água

Dia 16

09:30 – 13:00 - Treino água

15:15 – 17:00 - Treino água

Dia 17

08:00 – 10:00 - Treino água

10:30 - Término do Estágio

Material

Todos os atletas deverão levar todo o material para treino e jogo incluindo elástico e cantil. Deverão também ser portadores de saco-cama e colchão de campismo.

Documentação

Todos os selecionados deverão ser portadores Cartão de Cidadão e Cartão Europeu de Seguro de Doença.

Limitações

Se algum atleta tiver algum impedimento físico que o impeça de cumprir o programa de preparação deve comunicá-lo com a máxima brevidade.

3. ÁGUAS ABERTAS

***Estágio de Altitude, Sierra Nevada (Espanha), 28 de fevereiro a 20 de março de 2026
[17 de fevereiro a 9 de março de 2026 (Mafalda Rosa)].***

No seguimento do Plano de Alto Rendimento e Seleções Nacionais de Águas Abertas 2026, informamos que estão convocados para o estágio, os seguintes nadadores:

Masculinos	Clube	Femininos	Clube
Diogo Cardoso (1,5)	SCP	Angélica André (2,6)	FCP





Francisco Amaral (2,6)	FCP	Mafalda Rosa (4,8)	AVFC
		Mariana Mendes (1,5)	SCP

O enquadramento técnico será assegurado pelos seguintes elementos:

Treinador Convidado: José Borges (FCP) (3,6); Nuno Ricardo (AVFC) (4,8); Ricardo Dias (SCP) (1,7)

Plano de viagem:

Ida:

1				
IB1142	28 FEV	Lisboa/Madrid	12:30	14:55
IB1025	28 FEV	Madrid/Granada	19:55	21:10
2				
IB1150	28 FEV	Porto/Madrid	12:25	14:45
IB1025	28 FEV	Madrid/Granada	19:55	21:10
3				
IB0544	10 MAR	Porto/Madrid	08:20	10:40
IB1021	10 MAR	Madrid/Granada	12:00	13:10
4				
IB0546	17 FEV	Porto/Madrid	12:25	14:45
IB1023	17 FEV	Madrid/Granada	15:55	17:10

Regresso:

5				
IB1022	20 MAR	Granada/Madrid	13:40	14:50
IB0533	20 MAR	Madrid/Lisboa	15:40	16:05
6				
IB1022	20 MAR	Granada/Madrid	13:40	14:50
IB0549	20 MAR	Madrid/Porto	19:40	20:00
7				
IB1022	10 MAR	Granada/Madrid	13:40	14:50
IB0535	10 MAR	Madrid/Lisboa	17:40	18:05
8				

Nuno Ricardo; regressa dia 22 fevereiro, em articulação com o treinador.

Mafalda Rosa; regressa dia 9 de março, em articulação com a nadadora.

São permitidos, por pessoa, uma bagagem de mão até 7 kg, com as dimensões máximas de 50 cm x 37 cm x 25 cm. Mais uma bagagem de porão com o peso máximo de 21 Kg. Qualquer excesso de peso que obrigue ao pagamento de taxas-extra será da exclusiva responsabilidade dos próprios.





Toda a comitiva deve fazer-se acompanhar do Cartão do Cidadão ou Passaporte válido (6 meses à data de regresso).

Recordamos ainda que pedidos de dispensa ao abrigo do Decreto-Lei nº 271/09, de 1 de outubro (Regime de Alto Rendimento), por implicarem requisição ao IPDJ, terão que ser solicitados previamente à realização deste Competição.

4. NATAÇÃO ARTÍSTICA

a) Participação Duetto Absoluto na World Aquatics Artistic Swimming World Cup 2026 – Stop 2 – de 27 a 29 de março, Paris

Na sequência do Comunicado FPN Nº 04/26, ponto 6 c), de 30/01/2026, informa-se que, o plano de viagem das atletas e selecionadora é o seguinte:

TP452	25 de março	Porto/ Paris Orly	6:25 / 9:35
EJU7722	27 de março	Paris Orly/ Porto	21:25 / 22:40

Nota 1: Todos os intervenientes deverão fazer-se acompanhar de passaporte e cartão europeu de seguro de doença.

Nota 2: Os convocados deverão ser portadores de todo o equipamento necessário para a competição e o equipamento FPN JOMA recebido.

Nota 3: São permitidas 3 mochilas + 1 mala de cabine + 1 mala de porão com o máximo de 23 kg de bagagem. Qualquer excesso de peso que obrigue ao pagamento de taxas-extra será da exclusiva responsabilidade dos próprios.

Nota 4: Os pedidos de dispensa ao abrigo do Decreto-Lei nº 72/09, de 01 de outubro (Regime do Alto Rendimento), por implicarem requisição ao Instituto Português do Desporto e Juventude, terão que ser solicitados previamente à realização desta competição. Neste sentido, os interessados deverão enviar, através dos respetivos clubes, informação para a FPN (mafalda.nobre@fpnatacao.pt) indicando o nome do nadador, o NIF, o CC/BI, bem como o ano, turma e número de aluno e os contactos da Escola que o nadador frequenta.

b) Estágios de Juniores/ Absolutos

Na sequência do Comunicado FPN Nº 04/26, ponto 6 d), de 30/01/2026, informamos que no estágio:

- Zona Norte a atleta Inês Oliveira (OSCN) não irá participar e será substituída pela atleta Teresa Barbedo (CFP);





- Zona Centro/ Sul a atleta Sofia Moreira (GESL) não irá participar e será substituída pela atleta Madalena Cojocarú (PORTI).

Locais dos estágios:

Zona Norte: Clube Fluvial Portuense

Zona Centro/ Sul: Geslours

5. NATAÇÃO ADAPTADA

WPS World Series Barcelona 2026 – 19 a 22 de março, Barcelona

Por proposta da Direção Técnica Nacional e no âmbito do seu plano de preparação ao abrigo do Projeto de Preparação Paralímpica, convocam-se a seguinte nadadora para o evento em epígrafe:

Masculinos	Clube	Provas
Ana Castro	FCP	100L S8 , 400L S8, 100M S8

O enquadramento será assegurado pelo seguinte elemento:

Treinador Convidado: Cláudia Santos

Hotel: Front Air Congress Barcelona.

Plano de Viagem

Concentração – aeroporto do Porto às 06.45h

17 março VY8475 OPO BCN 08.45h-11.35h

23 março FR4545 BCN OPO 09.50h-10.50h

Nota 1: Todos os intervenientes deverão fazer-se acompanhar de passaporte e cartão europeu de seguro de doença.

Nota 2: Os convocados deverão ser portadores de todo o equipamento necessário para a competição e o equipamento FPN JOMA recebido.

Nota 3: É permitido, por pessoa, uma mala de porão com o máximo de 20 kg de bagagem e uma mochila para levar na cabine. Qualquer excesso de peso que obrigue ao pagamento de taxas-extra será da exclusiva responsabilidade dos próprios.





Nota 4: Os pedidos de dispensa ao abrigo do Decreto-Lei nº 72/09, de 01 de outubro (Regime do Alto Rendimento), por implicarem requisição ao Instituto Português do Desporto e Juventude, terão que ser solicitados previamente à realização desta competição. Neste sentido, os interessados deverão enviar, através dos respetivos clubes, informação para a FPN (mafalda.nobre@fpnatacao.pt) indicando o nome do nadador, o NIF, o CC/BI, bem como o ano, turma e número de aluno e os contactos da Escola que o nadador frequenta.

6. RECORDES HOMOLOGADOS

Natação Pura

RECORDES NACIONAIS - Pisc. 25m					
DATA	PROVA / CTG.	PRATICANTE	TEMPO	CLUBE	LOCAL
01/02/2026	4x100L INF A / INF Misto	Maria Clara Pereira	04:09.72	FCP	Felgueiras
		João Santiago Neves			
		Tiago Carvalho Pinto			
		Maria Luís Simões			

Natação Adaptada

RECORDES NACIONAIS – Pisc. 25m					
DATA	PROVA / CLASSE	PRATICANTE	TEMPO	CLUBE	LOCAL
01/02/2026	50L S3	Carolina Silva	02.11,36	FVCD	Sta. Mª da Feira
01/02/2026	100L S8	Ana Castro	01.17,26	FCP	Sta. Mª da Feira
01/02/2026	400L S14	Samuel Duarte	04.37,35	FVCD	Sta. Mª da Feira
01/02/2026	50C S9	Gil Mendes	35,33	EMNCS	Sta. Mª da Feira
01/02/2026	100C S3	Carolina Silva	04.25,69	FVCD	Sta. Mª da Feira
01/02/2026	100C S14	Rodrigo Patrício	01.14,86	FVCD	Sta. Mª da Feira
01/02/2026	200C S14	Rodrigo Patrício	02.37,61	FVCD	Sta. Mª da Feira
01/02/2026	100M S8	Ana Castro	01.28,37	FCP	Sta. Mª da Feira
01/02/2026	400E SM14	Rodrigo Patrício	05.27,16	FVCD	Sta. Mª da Feira
01/02/2026	4x50L Mista	Samuel Duarte, Raquel Monteiro, Rodrigo Patrício, Gabriela Tavares	02.42,50	FVCD	Sta. Mª da Feira





RECORDES NACIONAIS – Pisc. 25m					
DATA	PROVA / CLASSE	PRATICANTE	TEMPO	CLUBE	LOCAL
01/02/2026	4x50E Mista	Raquel Monteiro, Samuel Duarte, Rodrigo Patrício, Gabriela Tavares	03.115,92	FVCD	Sta. M ^a da Feira
01/02/2026	4x100L S21	Filipa Ris Diogo Lopes, Adriana Reis, Tomás Santos	06.35,54	FVCD	Sta. M ^a da Feira

Pela FPN

Miguel Arrobas
Presidente

