

## 1. ESTÁGIO DE CAPACITAÇÃO DE CADETES 2022-2023

Após conclusão do prazo e de confirmação divulga-se a lista atualizada de nadadores selecionados para o estágio de Infantis assim como as alterações das informações do estágio.

Foi ainda entendimento do departamento técnico, com validação da direção da ANL, haver condições para, sem comprometer a organização do estágio, poder incorporar uma seleção mais alargada de nadadores aumentado de 12 para 15 os nadadores participantes e os quais se indicam:

Masculinos					Femininos			
Nome	Ano	Clube	Soma FINA	Nome	Ano	Clube	Soma FINA	
Cadetes A	Xavier Cordeiro Melo	2011	SCP	663	Maria Inês Antunes	2012	SLB	680
	Bernardo Goncalves Paulo	2011	ANAM	587	Matilde Figueiredo Mourato	2012	GESL	662
	Antonio Maria Neves	2011	FS	579	Leonor Machita Santos	2012	CNS	647
	Andre Santos Braga	2011	CNCVG	523	Laura Flores Serra	2012	VKGS	604
	Miguel Iago Barreiros	2011	SCP	492	Margarida Cordeiro Melo	2012	SCP	586
	Matias Malheiro Mata	2011	SCP	471	Maria Inês Nunes	2012	SCP	583
	Dinis Andrade Cabral	2011	PDEM	454	Carlota Velada Pereira	2012	SCP	543
	Francisco Pimentel Coelho	2011	SLB	447	Sofia Dias Ferreira	2012	PDEM	540
	Joao Marcelino Rodrigues	2011	SCP	440	Letícia Carvalho Sousa	2012	VKGS	537
	Rodrigo Santiago Almeida	2011	CPCD	419	Jade Duarte Bexigas	2012	GESL	527
	Duarte Ribeiro Lima	2011	GESL	414	Rita Alexandra Ribeiro	2012	SAD	507
	Joao Leandro Rodrigues	2011	SCP	413	Matilde Gorbunova	2012	SAD	444
	Duarte Major Baptista	2011	ANAM	401	Inês Moreira Pedro	2012	SLB	430
	Simão Veríssimo Aires	2011	CIRL	401	Maria Chenrim Raimundo	2012	FS	401
	Vasco Miguel Gregorio	2011	GESL	384	Maria Ines Monjardino	2012	ADRCIMM	456

- Treinadores indicados pelos clubes e que participar na ação, deverão individualmente indicar o seu email até ao final de dia 3 de fevereiro por forma a receberem prévia informação relativa ao estágio. Esse email deverá ser enviado para [dtr@anlisboa.pt](mailto:dtr@anlisboa.pt). Caso seja possível os treinadores deverão ainda, em conformidade com o indicado na circular nº 8 22/23, enviar antecipadamente a altura dos progenitores dos seus nadadores selecionados.

### • INFORMAÇÕES DO 1º ESTÁGIO DE CADETES

**Organização:** Associação de Natação de Lisboa

**Local:** Piscina da Sociedade Filarmónica União Artística Piedense

**Data:** 4 e 5 de Fevereiro de 2023

**Participantes:** Atletas Cadetes A pertencentes à ANL

**O estágio será realizado à porta fechada, ou seja, sem a presença de público.**

### Horários:

	Data	Início	Final (Previsão)
1ª Jornada	4-Fev-23	15h00	18h00
2ª Jornada	5-Fev-23	9h00	12h30

- Os nadadores deverão levar:
  - Toalha para o cais, chinelos, calções e t-shirt
  - Saco com material de treino;
  - Garrafa de água e snack para reforço alimentar entre tarefas de estágio;

Pela Direcção Técnica



Alexandre Serrasqueiro  
(Diretor Técnico Regional)