

26 PORTIMÃO
27 ARENA
28 abril
2019

informações
www.aptn.pt

APTN
ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA DE TÉCNICOS DE NATAÇÃO
42º CONGRESSO

XV congresso ibérico de natação



PROGRAMA 26 de abril



10:30h	SESSÃO PLENÁRIA	Assembleia Geral da APTN	[AUD. 2]
14:00h	RECEÇÃO	Acreditação dos participantes	[HALL]
14:30h 15:30h	SESSÃO PLENÁRIA	Abertura do Congresso	[AUD. 1]
15:30h 16:15h	SESSÃO PLENÁRIA	Fernando Navarro <i>Propuesta de un modelo de entrenamiento para la natación de alto rendimiento</i>	[AUD. 1]

p a u s a

SESSÃO PARALELA 1A [AUD. 1]

Treino desportivo: *objectivos, balanço e expectativas das selecções nacionais*

16:30h	José Machado
16:45h	Fernando Leite
17:00h	Daniel Viegas
17:15h	Debate:
17:45h	

p a u s a

18:00h 18:45h	SESSÃO PLENÁRIA	David Pyne <i>Performance and physiology testing for swimmers, Paralympics swimmers and triathlon</i>	[AUD. 1]
----------------------	-----------------	--	------------

p a u s a

19:00h 19:30h	SESSÃO PLENÁRIA	Reconhecimento de Mérito "Treinador do Ano APTN"	[AUD. 1]
----------------------	-----------------	--	------------

SESSÃO PARALELA 1B [AUD. 2]

Ensino e segurança aquática: *Eu ensino, tu ensinas e eles nadam!*

16:30h	Tânia Mira <i>Natação adaptada = ensino adaptado?</i>
17:10h	Eduarda Veloso <i>Natação para bebés: os pais e o desenvolvimento do programa</i>
17:50h	Debate
18:00h	



27 de abril

09:00h

RECEÇÃO

Acreditação dos participantes

[HALL]

pausa

SESSÃO PARALELA 2A

[AUD. 1]

Direção técnica, gestão desportiva e coaching

Boas práticas em escolas de natação

- 09:30h** ● **Ana Rita Amâncio** Escola de Natação Municipal de Peniche - excelência no ensino
- **Pedro Morais** A Escola de Natação do Clube Aquático Pacense: Orgânica de funcionamento e modelo de ensino
- 10:00h** ● Debate:
- 10:15h** ● **Daniel Viegas** Enquadramento das Águas Abertas no Âmbito da Natação na Escola de Natação e no Rendimento Desportivo
-
- 10:45h** ●

SESSÃO PARALELA 2B

[AUD. 2]

Treino Desportivo:

Desporto e tecnologia: novas realidades

- 09:30h** ● **Nuno Piteira** Ti-Ex: training expert
-
- 10:00h** ● **Rodrigo Zacca:** Avaliação de desempenho no treino desportivo: software livre para analisar as respostas do VO2 ao exercício
-
- 10:30h** ● Debate:
-
- 10:45h** ●

SESSÃO PARALELA 2C

[SALA P1]

II Simpósio Satélite AIDEA

Fitness e Terapia Aquática

- 09:30h** ● **Pablo Jorge Marcos-Pardo**
Acondicionamiento Multidimensional Acuático en Mayores (AMAM) parte 1 (teórica)
-
-
-
- 10:45h** ●

11:00h 11:45h

SESSÃO PLENÁRIA

António Oca Gaia *La fuerza en natación. Un cambio de paradigma en el entrenamiento*

[AUD. 1]

pausa

SESSÃO PARALELA 3A

[AUD. 1]

Treino Desportivo:

Ver de perto o que está longe

- 11:45h** ● **Daniel Marinho** Política Desportiva da FPN – a aplicação nos escalões de formação
-
- 12:15h** ● **Mário Costa** Apresentação do projeto SwimLong
-
- 12:45h** ● Debate:
-
- 13:00h** ●

SESSÃO PARALELA 3B

[AUD. 2]

Direção técnica, gestão desportiva e coaching

V Encontro Nacional de escolas de Natação Certificadas FPN

- 11:45h** ● **Pedro Soares**
-
-
-
- 13:00h** ●

SESSÃO PARALELA 3C

[SALA P1]

II Simpósio Satélite AIDEA

Fitness e Terapia Aquática

- 11:30h** ● **Cristina Salar Andreu**
Hidroterapia y Estimulación del Desarrollo Evolutivo en Niños Prematuros - parte 1 (teórica)
-
-
-
- 13:00h** ●

pausa

SESSÃO PARALELA 4A

[AUD. 1]

Comunicações Orais Livres:

Ensino e fitness aquático

- 14:30h ● **Helena Rocha, Pedro Cruz** *Prevenção de afogamento: educação aquática e a sua importância em bebés e crianças*
- 14:45h ● **Leandro Vieira, João Paulo Vilas-Boas, Ricardo Fernandes, Susana Soares** *A respiração na natação pura desportiva: do ensino à prática competitiva*
- 15:00h ● **Catarina Santos, Luís Rama, Raul Bartolomeu, Tiago Barbosa, Mário Costa** *Efeito da cadência musical na força propulsiva num exercício base de hidroginástica*
- 15:15h ●
- 15:30h ● Debate:
- 15:45h ●

pausa

SESSÃO PARALELA 4B

[AUD. 2]

Comunicações Orais Livres:

Treino Desportivo

- 14:30h ● **José Parraca, Hugo Louro, Ana Conceição, António Silva, Daniel Marinho, Mário Costa, Nuno Batalha** *Reforço muscular após sessão de treino aquático – será um problema?*
- 14:45h ● **Illya Yelistratkin, Luís Rama** *Potencial do tubo elástico cirúrgico na avaliação da força propulsiva em nadadores na técnica de crawl: controlo de treino na natação pura*
- 15:00h ● **Pedro Rodrigues, Raúl Bartolomeu, Tiago Barbosa, Mário Costa** *Avaliação das assimetrias propulsivas nas técnicas de nado alternadas*
- 15:15h ● **João Jesus, Iuri Candeias, Carlos Silva, Iuri Vilarigues, Ivo Aranha, Fernando Santos, Cátia Ferreira, Teresa Figueiredo, Mário Espada** *Efeitos de um programa de treino ESPECÍFICO fora de água ao nível de capacidades físicas e desempenho no salto na natação*
- 15:30h ● **Alves M, Monteiro AS, Cardoso F, Santos JP, Leite F, Pires M, Silva A, Fonseca P, Sousa F, Vilas-Boas JP, Canossa S, Fernandes RF** *Impulsão vertical em jogadores de pólo aquático de diferentes escalões competitivos (projeto inex)*
- 15:45h ● Debate:

SESSÃO PARALELA 4C

[SALA P1]

Comunicações Orais Livres:

Treino Desportivo

- 14:30h ● **Tiago Almeida, Mário Espada, Dalton Filho, Joana Reis, Astor Simionato, Leandro Siqueira, Andrei Sancassani, Francisco Alves** *Tempo limite à velocidade aeróbia máxima em nadadores*
- 14:45h ● **Ana Monteiro, Rui Azevedo, Diogo Carvalho, João Paulo Vilas-Boas, Rodrigo Zacca, Ricardo Fernandes** *Determinação do consumo de oxigénio a diferentes intensidades de nado: comparação entre metodologias*
- 15:00h ● **Diogo Carvalho, Rodrigo Zacca, Susana Soares, Daniel Marinho, António Silva, João Paulo Vilas-Boas, Ricardo Fernandes** *Avaliação do limiar anaeróbio e consumo máximo de oxigénio em nadadores de estilos*
- 15:15h ● **João Paulo Fróis** *DIGISWIM - As luzinhas que fazem milagres*
- 15:45h ● Debate:

16:00h 16:45h

SESSÃO PLENÁRIA

Juan Moreno Murcia *Cómo lograr la competencia acuática*

[AUD. 1]

SESSÃO PARALELA 5A

[AUD. 1]

Ensino Multidisciplinar

Ensino e Segurança Aquática

- 16:45h ● **Susana Soares** *Conceito de ensino multidisciplinar e o contributo específico da natação*
- 17:15h ● **Fernando Leite** *Ensino multidisciplinar: a vertente financeira e o contributo específico polo aquático*
- 17:45h ● **Mariana Marques e Marta Martins** *Ensino multidisciplinar: desafios na sua aplicação e contributo específico da natação artística*
- 18:15h ● Debate:
- 18:30h ● **Vanessa Martins e Pedro Antunes** *Apresentação do livro "Como Peixe na Água"*
- 19:00h ●

SESSÃO PARALELA 5B

[AUD. 2]

Treino Desportivo:

Outras importâncias em busca da excelência

- 16:45h ● **António Vasconcelos Raposo** *O treino específico de alta intensidade na categoria dos Juniores*
- 17:15h ● **José Vilaça** *Treino de Força na Performance e diminuição do número de lesões de nadadores*
- 17:45h ● **Bruno Mezencio** *Coordenação entre membros na técnica de nado*
- 18:15h ● **Marco Pereira** *Low Carb ou High Carb: Limitações no treino*
- 18:45h ● Debate:
- 19:00h ●

SESSÃO PARALELA 5C

[PISCINA PORTINADO]

II Simpósio Satélite AIDEA

Fitness e Terapia Aquática

- 16:45h ● **Pablo Jorge Marcos-Pardo** *Acondicionamiento Multidimensional Acuático en Mayores (AMAM) - parte 2 (prática)*
- 17:40h ● **Cristina Salar Andreu** *Hidroterapia y Estimulación del Desarrollo Evolutivo en Niños Prematuros - parte 2 (prática)*
- 18:30h ●

19:00h 20:30h

CONVÍVIO

"SwimSet Party"

[Bar exterior]



28 de abril

09:00h

RECEÇÃO

Acreditação dos participantes

[HALL]

09:30h 10:15h

SESSÃO PLENÁRIA

David Pyne *Periodisation and planning for high performance swimming*

[AUD. 1]

SESSÃO PARALELA 6A

[AUD. 1]

Treino desportivo: A prática baseada em evidências

- 10:15h **Ludovic Seifert** *From research to coaching: Performance analysis and Issues for training & learning*
- 10:45h **Istvan Karsai** *Propelling efficiency in the practice of swimming*
- 11:15h **Bjorn Olstad** *Swimming research into the next decade*
- 11:45h Debate:
- 12:00h

SESSÃO PARALELA 6B

[AUD. 2]

Psicologia do Desporto: Direção Técnica, Gestão Desportiva e Coaching

- 10:15h **Alexandra Jorge** *A participação dos pais/ encarregados de educação - na prática desportiva dos filhos*
- 10:55h **Pascoal Mendes, Alexandre Sarrasqueiro e Rodrigo Baptista** *Entre a motivação e excelência de uma equipa de natação*
- 11:35h Debate:
- 12:00h

pausa

12:15h 13:00h

SESSÃO PLENÁRIA

Didier Chollet *Le suivi technique de la coordination en crawl*

[AUD. 1]

13:00h

ENCERRAMENTO DO CONGRESSO

[AUD. 1]

APTN JUNTOS POR MAIS E MELHOR NATAÇÃO

#CONGRESSOAPTN

42° CONGRESSO
XV congresso ibérico de natação