



COMUNICADO

N.º 10/2010

Data: 2010-05-18

Estágio de Preparação para os Jogos das Ilhas

1. Com vista à preparação dos Jogos das Ilhas 2010, que se irão realizar entre os dias 26 e 30 de Maio, estão convocados a comparecerem num estágio a decorrer entre os dias 22 e 25 de Maio, os nadadores abaixo mencionados:
 - Carlos Pedrosa - CNPD
 - João Braga - CNPD
 - Mohammad Azada - CNPD
 - António Fragoso - CAFBPD
 - Miguel Borges - CAFBPD
 - Tiago Gomes - CAFBPD
 - Emily Ross - CNPD
 - Filipa Rebelo - CAFBPD
 - Carolina Mendes - NSIT
 - Inês Simões - NSIT
 - Isabel Silva - NSIT
 - Mafalda Silva - NSIT
2. Este estágio será composto por uma sessão de treino por dia, sendo o alojamento dos nadadores na Pousada da Juventude e a alimentação no Restaurante Casa Marisca. No dia 25, o alojamento e alimentação passam a ser no Hotel The Lince.
3. Assim, para dar início à concentração solicita-se a comparência dos nadadores no dia 22, sábado às 9h00 na Piscina do Complexo Desportivo das Laranjeiras, acompanhados de equipamento de treino, bem como de material necessário para todo o estágio.
4. Apesar de ser um estágio com alimentação e dormida incluídas, os nadadores poderão ausentar-se do mesmo, desde que a ausência seja previamente comunicada e justificada (ex: explicações, consultas médicas, horas de estudo...) e não interfira com a planificação que será entregue no primeiro dia do estágio, composta por horas de treino (9h00-12h00), refeições e horas de recolher obrigatório.



ANARA
Associação de Natação da Região Açores

5. No que diz respeito às provas que cada nadador vai realizar, estas serão alvo de ligeiras alterações atendendo a que a nadadora Isabel Carvão não estará presente no evento, entre outros motivos.

Pela ANARA

Alberto Mota Borges,
Presidente da Direcção