

AUDITÓRIO 1 — IPT

09h00

| Receção e acreditação

09h30–10h15

| Cerimónia Oficial de Abertura

| Momento Musical

Orador: Tuna Templária da UPT

10h30–11h00

| Podcast "Bloco de Partida" (episódio final)

Intervenientes: Carla Cardoso

José Manuel Borges

Moderadora: Tereza Rocha

11h00

Intervalo para café (hall do auditório 1)

11h30–12h45

| Conferência: Da escola de natação aos Jogos Olímpicos

Orador: Nicolas Castel

Moderadora: Ana Rosa

AUDITÓRIO 2 — IPT

11h30–12h45

| Conferência: Transferability of Skills Towards Water Safety – A Curriculum Development Perspective

Orador: Jon Sundan

Moderador: Nuno Garrido

| Conferência: Escola Municipal de Salvamento Aquático e Primeiros Socorros de Iihavo. Desafios e oportunidades.

Orador: Pedro Soares

Moderador: Nuno Garrido

AUDITÓRIO 3 — IPT

11h30–13h00

Oficina técnica FT1 (parte1): Treino de Força e Potencia na Hidroginástica

Orador: Nico Aboarrage

Moderadora: Flávia Yázigi

Oficina técnica FT2 (parte1): Active Pregnancy

Oradora: Tinoca

49° CONGRESSO APTN programa

Breve pausa

Breve pausa - Almoço (Cantina do IPT)

AUDITÓRIO 1 — IPT

14h30–15h00

| Conferência: "Apresentação dos resultados principais do Q-AQUA-PT1 - serviços, recursos e condições de funcionamento da hidroginástica"

Oradora: Flávia Yázigi

Moderador: Aldo M. Costa

15h00–16h00

| Mesa Redonda: "Projeto São Tomé e Príncipe a Nadar: Impacto, Parcerias e Reconhecimento Institucional"

Intervenientes: Angélico Santos

Tiago Pires

José Afonso Dias

Moderadora: Rita Fernandes

16h00

Intervalo para café (hall do auditório 1)

AUDITÓRIO 2 — IPT

14h30–14h45

| Anuário Científico da APTN 2025

Oradores: Mário Costa

Catarina Santos

14h45–16h00

| Comunicações Orais Livres – Área Treino Desportivo e Performance

Is a training macrocycle enough to reduce fatigue of young swimmers induced by a training session at high intensity?

Oradores: Francisco A. Ferreira

Victor Hugo V. Carrijo

Ana Luíza Cabral

Rita Fougo

Catarina C. Santos

Ricardo J. Fernandes

Mário J. Costa

Moderador: Luis Cardoso

AUDITÓRIO 3 — IPT

14h30–14h45

| Apresentação de livro: "Uma vida passada em piscinas"

Orador: José Pedro Samento Lopes

Moderador: César Santos

14h45–16h00

| Comunicações Orais Livres – Área de Fitness e terapia aquática

Marcadores associados ao Inflammaging em homens idosos praticantes de hidroginástica e exercício terrestre multicomponente: estudo transversal piloto

Oradores: Carlos Farinha

Samuel Honório

Marco Batista

Sílvia Martins

Jorge Santos

Miguel Rebelo

Pedro Duarte-Mendes

André Ramalho

João Serrano

Moderadora: Tânia Mira

16h30-17h45

| Mesa Redonda: "Comunicação, Marketing e Visibilidade da Natação Portuguesa"

Intervenientes: Miguel Barroso
António Varela
David Gorgulho
Moderador: Nuno Albuquerque

18h00-18h30

| Conferência: Pensar e Intervir como um Treinador

Orador: Jorge Araújo
Moderadora: José Sacadura

18h30-19h45

| Mesa Redonda: "Alto Rendimento: CARs ou clubes?"

Intervenientes: André Ribeiro
Vitor Ferreira
Simão Marinho
José Machado
Moderadora: Luís Cameira

Effects of Three Re-Warm-Up Conditions on Perceived Activation and Fatigue in Competitive Swimmers

Oradores: Daniel Raiva
Luís Rama
Henrique P. Neiva
Daniel A. Marinho
Moderador: Luis Cardoso

Burnout em Nadadores Competitivos e Fatores Associados: Uma Scoping Review

Oradores: Tatiana Sampaio
Susana Castro
Tiago Barbosa
João P. Oliveira
Daniel Marinho
Jorge Morais
Moderador: Luis Cardoso

16h30-17h45

| Conferência: "A educação aquática infantil"

Interveniente: Pedro Sarmento
Moderador: Júlio Martins

18h30-19h45

| Mesa Redonda: "Piscinas Sustentáveis - Energia, Operação e Calendário"

Intervenientes: Pedro Silva
Diva Cobra
Moderadores: Carlos Custódio
Rui Santos

Can a water fitness program change the glycemic and hemodynamic response of older adults with multimorbidity?

Oradores: Victor Hugo V. Carrijo
Francisco A. Ferreira
Ana Luíza Cabral
Catarina C. Santos
Daniel Moreira-Gonçalves
Mário J. Costa
Moderadora: Tânia Mira

Perceção dos comportamentos do instrutor de hidroginástica em função das características dos praticantes

Oradores: Bárbara Jerónimo
Catarina C. Santos
Mariana Oliveira
Dino Rodrigues
Daniela Almeida
Francisco Campos
Moderadora: Tânia Mira

16h30-17h45

| Oficina técnica FT3 (parte1): "Para além da Piscina: como construir nadadores mais fortes, mais rápidos e mais resilientes"

Orador: José Vilaga-Alves
Moderador: Nuno Garrido

PISCINA MUNICIPAL DE TOMAR (TANQUE DE 25M)

15h45-17h15

Oficina técnica FT1 (parte2): Treino de Força e Potencia na Hidroginástica

Orador: Nico Aboarrage
Moderadora: Flávia Yázigi

Oficina técnica FT2 (parte2): Active Pregnancy
Oradora: Tinoca

PISCINA MUNICIPAL DE TOMAR (TANQUE DE 16M)

17h15-19h15

Master 1: Aqua Combat

Oradora: Rita Carvalho

Master 2: Ioga Flow

Oradora: Tinoca

Master 3: Aquamotricitários

Oradora: Flávia Yázigi e alunos FMH-ES

Master 4: Super Interval

Orador: Nico Aboarrage

Master 5: Aqua Pilates

Oradora: Rita Carvalho

Master 6: Afro Latin

Oradora: Tinoca

SALA DE EXERCÍCIO — PISCINA MUNICIPAL DE TOMAR

18h00-19h15

| Oficina técnica (parte2): "Para além da Piscina: como construir nadadores mais fortes, mais rápidos e mais resilientes"

Interveniente: José Vilaga-Alves
Moderador: Nuno Garrido

Breve pausa

Breve pausa - Jantar e Gala APTN (Restaurante Lodge)

AUDITÓRIO 1 — IPT

09h00–10h15

| Comunicações Oraís Livres – Área Treino Desportivo e Performance

Efeitos de um programa de aprendizagem diferencial nos parâmetros cinemáticos de jovens nadadores: um estudo longitudinal

Oradores: José Mateus

Bruno Gonçalves

Wolfgang Schöllhorn

Nuno Batalha

Moderador: Luis Cardoso

Effects of different parachutes on sprint performance and stroke mechanics in competitive swimmers

Oradores: Tiago Ferrão Venâncio

Mário J. Costa

Catarina C. Santos

Mário C. Espada

Moderador: Luis Cardoso

Do earlier and later mid-PHV girls differ in upper limb in-water force during front crawl swimming?

Oradores: Maria Teixeira

Francisco A. Ferreira

Mário J. Costa

Catarina C. Santos

Moderador: Luis Cardoso

Força de nado, força de preensão manual e destreza manual dos membros superiores direito e esquerdo de nadadores Masters

Oradores: Bruno Silva

Francisca Lopes

Sofia Correia

Mário Felix

Leticia Santos

Aléxia Fernandes

José Lemos

Ricardo J. Fernandes

Carla Santos

Olga Vasconcelos

Leandro Machado

Susana Soares

Moderador: Luis Cardoso

O treino de masters e a importância do treinador

Orador: Nuno Lobo

Moderador: Luis Cardoso

10h30–11h45

| Conferência: "A Preparação Desportiva a Longo Prazo na Natação: Fundamentos Biológicos, Pedagógicos e Metodológicos das Cinco Etapas Formativas"

Orador: António Vasconcelos Raposo

Moderadora: Mário Espada

| Conferência e mesa redonda: "Nos bastidores da psicologia desportiva: a construção de super atletas"

Interveniente: Miguel Nery

Moderadora: Mário Espada

AUDITÓRIO 2 — IPT

09h00–10h15

| Comunicações Oraís Livres – Área Ensino e Gestão de Piscinas

Satisfação no Trabalho em Professores de Natação: Uma Análise Multidimensional

Oradores: Beatriz Sousa

Marisa Sousa

Moderador: Júlio Martins

Permanecer ou abandonar? Evidência sobre diferenças entre homens e mulheres na natação

Oradores: Alfredo Silva

Pedro Sobreiro

Moderador: Júlio Martins

Análise do efeito da caminhada aquática na composição corporal e valores espirométricos em crianças dos 6 aos 12 anos.

Oradores: João Oliveira

Samuel Honório

Marco Batista

Jorge Santos

Miguel Rebelo

Carlos Farinha

Hugo Louro

Pedro Duarte-Mendes

Moderador: Júlio Martins

COMPREHENSIVE ANALYSIS OF SEXUAL DIMORPHISM AMONG ELITE FREESTYLE SWIMMERS: A TRANS-EXTENSION STUDY OF THE GENDER GAP IN THE BREASTSTROKE

Oradores: Pedro Afonso

Tiago Ferrão Venâncio

Nelson Valente

Pedro Forte

José E. Teixeira

Ricardo Ferraz

Luís Branquinho

Moderador: Júlio Martins

INTER-STROKE KINEMATIC ANALYSIS AMONG THE WORLD'S ELITE: BIOMECHANICAL STRATEGIES IN THE 2024 PARIS OLYMPIC 50-METER FREESTYLE FINAL

Oradores: João Dias

Tiago Ferrão Venâncio

Pedro Afonso

Nelson Valente

Pedro Forte

José E. Teixeira

Ricardo Ferraz

Luís Branquinho

Moderador: Júlio Martins

Alterações nas Propriedades Mecânicas Musculares Induzidas pela Fadiga na Prova de 200 m Livres

Oradores: Freitas, J.

Louro, H.

Martins, M.

Portela, T.

Dias, B.

Matos, C.

Machado, R.

Conceição, A.

Moderador: Júlio Martins

AUDITÓRIO 3 — IPT

09h00–10h15

| Oficina técnica FT4: (parte 1): "Entre a terapia e a educação nas populações com necessidades específicas"

Oradora: Rita Vintém

Moderadora: Tânia Mira

10h30–11h45

| Oficina técnica FT6: "Da Estratégia à Prática: Como Organizar, Coordenar e Gerir uma Escola de Natação de Sucesso"

Orador: Nuno Santos

Moderadora: Tânia Mira

12h00-13h15

| Mesa redonda: "Natação no Interior: Desafios, Soluções e Vozes do Terreno"

Intervenientes: João Loureiro

Tiago Carrão

Marc Moreira

Daniel Galvão

Ariana Louro

Moderador: João Bastos

13h15

| Cerimónia Oficial de Encerramento

Intervenientes: Aldo Matos da Costa

Moderador: Pedro Soares

| Momento Musical

Orador: Tuna Cavaleiras de Sellium

10h30-11h45

| Conferência: "European Aquatics Academy: formação e certificação de treinadores no espaço europeu"

Interveniente: Daniel Marinho

Moderadora: Nuno Betalha

| Conferência: "De Beulque à Academia da Natação na FFN: Um século de modelos pedagógicos e evolução da natação francesa"

Oradora: Ana Rosa

Moderadora: Nuno Betalha

SALA DE FORMAÇÃO — PISCINA MUNICIPAL DE TOMAR

09h00-10h15

| Oficina técnica FT5 (parte 1): "Natação Artística em Contextos Reais: Organização, Progressão e Prática Diária em escolas aquáticas"

Oradora: Sílvia Pinto

Moderador: a designar

PISCINA MUNICIPAL DE TOMAR (TANQUE DE 25M)

10h30-11h45

| Oficina técnica FT5 (parte 2): "Natação Artística em Contextos Reais: Organização, Progressão e Prática Diária em escolas aquáticas"

Oradora: Sílvia Pinto

Moderador: a designar

PISCINA MUNICIPAL DE TOMAR (TANQUE DE 16/25M)

10h45-11h45

| Oficina técnica (parte 2): "Entre a terapia e a educação nas populações com necessidades específicas"

Oradora: Rita Vintém

Moderadora: Tânia Mira

Breve pausa

Breve pausa - Almoço (Cantina do IPT)