



# FÉRIAS DESPORTIVAS

## PÁSCOA

5 a 7, 10 a 13 e 17 e 18 abril 2017  
PARA CRIANÇAS E JOVENS DOS 5 AOS 13 ANOS DE IDADE

**1. CARATERIZAÇÃO E PÚBLICO-ALVO:** No âmbito da Academia de Motricidade e Educação Desportiva (AMED) da Palmela Desporto convidam-se as crianças e jovens com idades entre os 5 e os 13 anos a participarem na ação “Férias Desportivas – Páscoa 2017”.

### 2. CALENDÁRIO E HORÁRIO:

O programa de atividades integra 9 dias úteis: 5 a 7, 10 a 13 e 17 e 18 abril.

Os horários são os seguintes: **9h30 – 12h30; 14h30 – 17h30.**

**Nota:** Existe a possibilidade das crianças serem acompanhadas entre as 8h30 e as 9h30, entre as 12h30 e as 14h30 e entre as 17h30 e as 18h30 por jovens voluntários (com idade mínima de 15 anos).

### 3. LOCAIS E ESPAÇOS DE PRÁTICA:

Pinhal Novo: Pavilhão Desportivo, Tanques, Jardim e Salas de Exercício da Piscina.

**4. ATIVIDADES:** Andebol, Atividades rítmicas e expressivas, Atletismo, Badminton, Basquetebol, Caminhada, Futebol/Futsal, Ginástica, Jogos, Jogos tradicionais, Natação, Orientação, Ténis de Mesa e Voleibol.

### 5. ENQUADRAMENTO TÉCNICO-PEDAGÓGICO:

A equipa técnica multidisciplinar é dirigida por um Coordenador – Sérgio Horta – e integra especialistas das seguintes áreas profissionais: Educação Física e Desportiva e Treino Desportivo.

**6. PREÇOS:** Os preços por criança são os seguintes:

a) **9 dias:** 63 €; **8 dias:** 60 €; **7 dias:** 57 €; **6 dias:** 54 €; **5 dias:** 45 €; **4 dias:** 36 €; **3 dias:** 30 €; **2 dias:** 20 €; **1 dia:** 10 €;

b) **Meios dias:** 5 €/manhã ou tarde;

**Nota 1:** Qualquer situação de vários meios dias, a partir de 4 dias, implica o pagamento de 50 % do preço estipulado para cada conjunto de dias. Exemplo: 6 manhãs = 27 €.

**Nota 2:** Os preços incluem o seguro desportivo, o custo da participação na atividade e o IVA.

**Nota 3:** 20% de desconto a partir da inscrição do 2.º irmão.

**7. INSCRIÇÕES:** As inscrições realizam-se nas secretarias das piscinas de Palmela e Pinhal Novo ou através do endereço [geral@palmeladesporto.pt](mailto:geral@palmeladesporto.pt), sendo validadas com a realização do pagamento respetivo em qualquer das secretarias. Deve ser preenchida uma ficha de inscrição e o encarregado de educação deve assinar uma declaração a autorizar a participação do seu educando. As inscrições estão sempre abertas.

**Nota 1:** Não há fornecimento de qualquer tipo de alimentação;

**Nota 2:** A Palmela Desporto assegura o transporte das crianças inscritas na Piscina de Palmela para o Pinhal Novo no período da manhã e no fim do dia, bem como as deslocações no Pinhal Novo.

**Nota 3:** A ação só se realizará com um mínimo de 12 inscrições por dia.

**Nota 4:** Aplica-se um desconto de 20 % ao valor a pagar pelo segundo, terceiro e quarto irmãos inscritos.

**8. MATERIAL NECESSÁRIO:** Diariamente: roupa confortável (preferencialmente calças de algodão ou calções); t-shirt; ténis; boné ou chapéu. Nos dias em que a atividade se realiza em meio aquático: calções de banho ou fato de banho; chinelos; touca; toalha; produtos de higiene (champô/gel de banho).

