N.º 85 | 19 dezembro 2017



2017 EM RESUMO...

O mês de dezembro é tradicionalmente, na vida pessoal, o mês da família, o mês do balanço de um ano que termina e o mês em que olhamos para o novo ano com redobrada vontade de aproveitar todas as oportunidades.

Também as instituições e empresas, nesta altura do ano dão atenção redobrada aos trabalhadores e famílias, fazem balanços e olham para 2018 estabelecendo novos desafios e objetivos.

A Palmela Desporto não é exceção, dando particular atenção aos trabalhadores que diariamente contribuem para que os serviços que prestamos correspondam às necessidades e aspirações de todos quantos nos procuram. A exigência da nossa missão, impõe aos profissionais da Palmela Desporto, ritmos e estilos de vida que passam despercebidos à maior parte de todos quantos diariamente utilizam os nossos espaços

desportivos. É nesta altura que fazemos questão de reforçar a dedicação, empenho, profissionalismo e compreensão das famílias, para todos que diariamente aqui dão o seu melhor.

Em 2017, a Palmela Desporto registou na maioria das áreas um crescimento assinalável. A natação de competição esteve presente nas principais competições regionais, nacionais e internacionais, tendo obtido resultados de elevado nível. A equipa de competição esteve a um passo da subida de divisão. Esteve presente nos campeonatos do mundo de masters. Um atleta da Palmela Desporto esteve presente nos campeonatos do mundo de desporto escolar. Um atleta Master sagrou-se campeão nacional de águas abertas. Pela primeira vez assegurou-se a prática desportiva competitiva a atletas com deficiência. Aos resultados atingidos não é alheio o forte envolvimento das famílias, das equipas técnicas e de staff e naturalmente dos atletas.

Através das Férias Desportivas proporcionou-se a várias dezenas de crianças e jovens a ocupação dos tempos de lazer nas interrupções letivas.

Em resultado de trabalho em parceria com o município e com o movimento associativo realizou-se a 1.ª Festa do Desporto e da Saúde.

Foram celebrados diversos protocolos de colaboração, entre outros com a Associação dos Bombeiros de Pinhal Novo, Associação de Natação de Lisboa, Centro Social de Palmela, Agrupamento de Escolas José Maria dos Santos, Escola Secundária com 3.º ciclo do ensino básico de Pinhal Novo, Agrupamento de Escolas de Palmela, Vitória Futebol Clube, Palmelense Futebol Clube, atletas Rui Narigueta, Luís Macau, João Jesus e Luís Silva.

Em colaboração com os Bombeiros de Pinhal Novo realizamos um simulacro de fogo no Pavilhão Municipal do Pinhal Novo e através do Programa Municipal "Aprender a Nadar", proporcionou-se a largas centenas de alunos do primeiro ciclo o contato com o meio aquático.

Realizamos diversos festivais e encontros de natação onde os nadadores demonstraram a evolução técnica e física.

A Palmela Desporto esteve representada institucionalmente nas Festas Populares de Pinhal Novo, Festa das Vindimas e Festival do Pão, Queijo e Vinho.

Celebrou-se o desporto e a atividade física na 1.ª Gala da Palmela Desporto onde foram reconhecidas as entidades que utilizam os equipamentos desportivos geridos pela Palmela Desporto; os utentes mais antigos de ambas as Piscinas foram lembrados e distinguidos pela sua preferência; os trabalhadores da empresa foram reconhecidos pela sua dedicação e onde os atletas da Palmela Desporto foram distinguidos pelas suas prestações.

Lançámos novas modalidades e atividades desportivas, atualmente mais de 30, procurando ir ao encontro das aspirações e necessidades das populações.

À população Sénior garantiu-se a realização de atividade física, convívio e promoveu-se a saúde através do "50+ Programa de Exercício".

Alcancámos um honroso 1.º lugar, reconhecimento atribuído pela comunidade médica no "I Encontro Nacional de Unidades de Saúde Pública da Península de Setúbal", ao programa de Hidroterapia ministrado nas Piscinas de Palmela e Pinhal Novo.

Em 2018, manteremos uma postura de proximidade e diálogo permanentes, com todas a entidades e utentes, dando continuidade aos Programas, Projetos e Ações já existentes e criando outros que contribuam para o desenvolvimento local e promoção de estilos de vida mais saudáveis.

Continuaremos a dar atenção aos programas e projetos orientados para as populações mais desfavorecidos e populações especiais, aumentando os locais onde é possível, por exemplo, desenvolver atividades para a população sénior e ampliando a possibilidade de integração de cidadãos portadores de deficiência nos programas já existentes e outros a criar, através da celebração de contratos-programa com a Câmara Municipal de Palmela e outras entidades.

Com o Município de Palmela, o Movimento Associativo Local, clubes, associações culturais e desportivas, associações de bombeiros, associações iuvenis, entre outras, queremos construir um "município amigo do desporto".

É, pois, com espirito de entrega à causa publica, inovação, empreendedorismo e dinamismo que queremos construir 2018, todos os dias a "Conquistar Desporto".







ESPETÁCULO DE BALLET INFANTIL NO CINE TEATRO SÃO JOÃO EM PALMELA

O 3.º espetáculo de *Ballet* infantil da Palmela Desporto, intitulado "As Princesas Bailarinas", realizado dia 15 de janeiro no Cine Teatro São João em Palmela, foi um sucesso.

Participaram no espetáculo 24 pequenos "bailarinos e bailarinas" sob a orientação da Prof.ª Célia Pacheco.

O evento foi aberto ao público contando com uma plateia de 160 espetadores.

Agradece-se a colaboração da Câmara Municipal de Palmela e o apoio de todos os familiares dos bailarinos na organização do espetáculo.









TOMÁS COXIXO FOI 6.º CLASSIFICADO NO CAMPEONATO DO MUNDO DE DESPORTO ESCOLAR EM NATAÇÃO DECORRIDO NA HUNGRIA

Teve lugar entre 20 e 25 de abril em Budapeste, o ISF World Schools Championship 2017, Campeonato do Mundo de Desporto Escolar em Natação. Participaram no evento 17 países e 367 nadadores.

Integrou a comitiva nacional Tomás Coxixo, jovem residente em Pinhal Novo e estudante na Escola Secundária de Pinhal Novo, após um critério de seleção muito exigente. Este atleta já durante a época desportiva 2016/2017 sagrou-se vice-campeão nacional de natação, facto notável num percurso desportivo que teve início na Piscina Municipal de Pinhal Novo na frequência de programas como o Aprender a Nadar e Escola de Natação.

Na Hungria, Tomás Coxixo esteve em bom plano ao conseguir presença na final A (8 melhores atletas) nos 50 m Costas (6.º melhor classificado), e final B (16 melhores atletas) nos 50 m Livres e 100 m Costas. Representou as cores nacionais ainda na eliminatória dos 50 m Mariposa. Integrou, igualmente, a estafeta nacional de 4x100 m Estilos que alcançou o 7.º lugar na final A.

A nível interno, foi dia 11 de maio conhecida a convocatória para os Campeonatos Nacionais de Desporto Escolar Juvenis a decorrer entre dia 19 e 21 de maio na zona norte (Porto, Maia e Matosinhos). Filipa Raposeiro e Mariana António foram convocadas em Natação em representação da Escola Secundária de Pinhal Novo e Márcia Teixeira convocada em BTT em representação da Escola



Secundária de Alcochete, todas as jovens integram a equipa de juvenis, juniores e seniores da Palmela Desporto que diariamente treina na Piscina Municipal de Pinhal Novo.

A Palmela Desporto e a Câmara Municipal de Palmela felicitam os(as) jovens praticantes pelos factos alcançados e nível desportivo atingido, que promove o trabalho desenvolvido quotidianamente na Palmela Desporto nas Piscinas de Palmela e Pinhal Novo e o Desporto no município de Palmela. Agradecem e felicitam igualmente os treinadores do Modelo Desportivo da Competição e técnicos da Escola de Natação, etapa de formação inicial que todos(as) cumpriram na Palmela Desporto.

PALMELA DESPORTO APURA TRÊS ATLETAS PARA O CAMPEONATO DO MUNDO DE MASTERS

Disputou-se no dia 8 de abril o "5.º Torneio de Natação Master do Sport Algés e Dafundo".

Este evento organizado pelo Sport Algés e Dafundo em parceria com a Associação de Natação de Lisboa, contou com a participação de 211 nadadores em representação de 32 instituições, tendo a Palmela Desporto sido representada por 5 atletas, que obtiveram os seguintes resultados:

Cláudia Silva (Master E - 45-49)

50 m Livres: 2.^a (33.91); 50 m Mariposa: 2.^a (40.26).

Filipe Patrício (Master A - 25-29)

50 m Costas: 1.° (35.41); 50 m mariposa: 3.° (30.88); 100 m Estilos: 3.° (1:09.94).

João Loureiro (Master B - 30-34)

50 m Livres: 2.° (32.18); 50 m Bruços: 3.° (40.22).

José Pereira (Master E - 45-49)

50 m Mariposa: 5.° (42.30); 50 m Livres: 7.° (34.98) 100 m Livres: 11.° (1:19.83).

Luís Piteira (Master E - 45-49) 100 m Estilos: 1.° (1:13.27); 50 m Bruços: 4.° (36.69). Os registos alcançados por Cláudia Silva nos 50 m Livres e Mariposa e Luís Piteira nos 50 m Bruços possibilitam participação destes atletas no Campeonato do Mundo que decorrerá em Budapeste (Hungria) em agosto próximo, evento para o qual Filipe Patrício também já obteve tempos mínimos de qualificação.

A Palmela Desporto e Câmara Municipal de Palmela felicitam os(as) atletas pelos resultados alcançados, bem como o contributo que prestam para o desenvolvimento desportivo local.







Pala PalmELa DESPORTO

Ao longo do dia 27 de maio, na Palmela Desporto, celebrou-se o desporto e a atividade física. Na Piscina Municipal de Pinhal Novo, realizaram-se três Festivais e uma Mega Aula de Natação, que tiveram como objetivo demonstrar as aprendizagens adquiridas pelos utentes da Palmela Desporto ao longo da presente época desportiva, bem como promover as novas atividades para a época desportiva 2017/18.

A terminar este dia, pelas 21.00h, na Sociedade Filarmónica Humanitária de Palmela, teve lugar a "1.ª Gala da Palmela Desporto", com uma demonstração das aulas de dança do 50+ Programa de Exercício, por parte de um grupo de alunos de Palmela, sob a orientação da Professora Célia Pacheco. A classe de Ballet infantil, também orientada pela Professora Célia Pacheco, brindou os presentes com um espetáculo de ballet infantil.

Foram distinguidas as entidades que utilizam os equipamentos desportivos geridos pela Palmela Desporto; os utentes mais antigos de ambas as Piscinas foram lembrados e distinguidos pela sua preferência; os trabalhadores da empresa foram reconhecidos pela sua dedicação, empenho e profissionalismo; recordou-se, ainda, Marcelo Raminhos, trabalhador da Palmela Desporto entre 2005 e 2015, que faleceu num trágico acidente de viação.

Sob a orientação e participação do Professor Filipe Fernandes, realizou-se uma demonstração da atividade de defesa pessoal de Krav Maga.

A 1.ª Gala da Palmela Desporto terminou da melhor forma, com a atuação de Vânia Domingues, Professora de aulas de grupo e atividades aquáticas na Palmela Desporto, que interpretou o tema da cantora Tina Turner "Simply the Best".

A Palmela Desporto e a Câmara Municipal de Palmela agradecem o apoio e as facilidades concedidas pela Sociedade Filarmónica Humanitária de Palmela; agradecem à Professora do 50+ Programa de Exercício e do Ballet, Célia Pacheco e aos alunos que participaram nas atividades; ao Professor de Krav Maga, Filipe Fernandes, bem como a todos os trabalhadores da Palmela Desporto que se envolveram direta ou indiretamente nesta iniciativa.

























REALIZOU-SE A 1.ª

FESTA DO DESPORTO E DA SAÚDE

Numa organização conjunta da Palmela Desporto e da Câmara Municipal de Palmela, em parceria com a Junta de Freguesia de Pinhal Novo e diversos agentes locais, realizou-se, entre 30 de junho e 2 de julho a 1.ª Festa do Desporto e da Saúde.

A Palmela Desporto e o município de Palmela agradecem todos quantos se envolveram na promoção e apoio dos inúmeros eventos que ocorreram entre 30 de junho e 2 de julho, demonstrando a enorme vitalidade e potencial do nosso território.





















NADADORES DA PALMELA DESPORTO PARTICIPARAM NOS CAMPEONATOS NACIONAIS DE JUVENIS E ABSOLUTOS DE PORTUGAL



Nacional do Jamor, nos dias 20 a 23 de julho os Campeonatos lugar Open; Nacionais de Natação - Open de Portugal.

Participaram nesta prova 129 clubes num total de761 nadadores, Portugal fez-se representar por 110 clubes e 693 nadadores, Angola 1 clube e 1 nadador, Croácia 1 clube e 4 nadadores, Dinamarca 1 clube e 13 nadadores, Espanha 7 clubes e 27 nadadores, Hungria 1 clube e 1 nadador, e a Suiça com 8 clubes e 22 nadadores.

A Palmela Desporto fez-se representar por 7 nadadores, 4 masculinos (David Lopes, Eduardo Guia, Simão Ricardo e Tomás Coxixo) e 3 femininos (Mafalda Dias, Mafalda Monteiro e Margarida Silva), com a seguinte prestação:

David Granja Lopes 90 – sénior:

- 50 metros Livres 11.º lugar 24.82, 17.º lugar Absolutos, 23.º lugar Open;
- -50 metros Mariposa 12.º lugar 26.06. Final B 25.95, 18.º lugar;
- 100 metros Mariposa 10.º lugar 58.96, 18.º lugar Absolutos, 26.º lugar Open.

Tomás Coxixo 99 – Júnior 18:

- 50 metros Costas 1.º lugar 28.77, 16.º lugar Absoluto, 25.º lugar Open;
- 100 metros Costas 4.º lugar 1:08.38, 22.º lugar Absoluto, 36.º lugar Open.

Simão Ricardo 00 - Júnior 17:

- 50 metros Bruços 7.º lugar 32.47, 23.º lugar Absoluto, 30.º lugar Open;
- 200 metros Bruços 6.º lugar 2:32.70, 17.º lugar Absoluto, 22.º lugar Open, Final B 2:32.79 18.º lugar.

Mafalda Dias, Individual ANL-01 - Júnior 16:

- 200 metros Costas 5.° lugar 2:32.94, 23.° lugar Absoluto, 28.° lugar Open;
- 100 metros Costas 5.º lugar 1:10.70, 26.º lugar Absoluto, 41.º lugar Open;

- Decorreu no Complexo de Piscinas do Jamor do Centro Desportivo 50 metros Costas 6.º lugar 32.50, 23.º lugar Absoluto, 27.º
 - 50 metros Livres 9.º lugar 28.76, 24.º lugar Absoluto, 31.º lugar Open.

Mafalda Monteiro – 01 – Júnior 16:

- 100 metros Bruços 8.º lugar 1:21.22, 27.º lugar Absoluto, 48º lugar Open;
- 200 metros Mariposa 9.º lugar 2:37.99, 27.º lugar Absoluto, 52.º lugar Open;
- 200 metros Estilos 9.º lugar 2:36.54, 25.º lugar Absoluto, 42.º lugar Open.

Margarida Silva – 03 - Juvenil B:

- 100 metros Costas 10.º lugar 1:13.67, 26.º lugar Juvenil, 68.º lugar Open;
- 100 metros Livres 12.º lugar 1:04.33, 24.º lugar Juvenil, 64.º lugar Open.

Estafeta 4x50 metros Livres L – 10.º lugar Absolutos - 1:41.22, 13.º lugar Open (Eduardo Guia, David Lopes, Simão Ricardo, Tomás Coxixo).

Estafeta 4x50 metros Estilos – 10.º lugar Absolutos - 1:50.22, 13.º lugar Open - (Eduardo Guia, David Lopes, Simão Ricardo, Tomás Coxixo).

Estafeta 4x100 metros Estilos – 12.º lugar Absolutos – 4:05.86, 15.º, lugar Open, (Eduardo Guia, David Lopes, Simão Ricardo, Tomás Coxixo)

No global uma boa prestação dos nadadores, destacando-se David Lopes (50 metros Mariposa) e o Simão Ricardo (200 metros Bruços), que se apuraram para as finais B e as nadadoras Margarida Silva e Mafalda Dias que melhoraram os seus tempos pessoais. Mafalda Dias obteve os melhores tempos da Palmela Desporto das 4 provas em que participou.

A Palmela Desporto e a Câmara Municipal de Palmela felicitam os nadadores e treinadores pelos resultados obtidos.



INICIOU DIA 2 DE OUTUBRO O PROGRAMA MUNICIPAL DE NATAÇÃO "APRENDER A NADAR "

Esta iniciativa visa reforçar as aprendizagens curriculares dos alunos do 1.º Ciclo do Ensino Básico do concelho de Palmela, na área da expressão física e motora, enquanto matéria alternativa do Programa Nacional em vigor. Decorre em simultâneo nas Piscinas Municipais de Palmela e Pinhal Novo, durante todo o ano letivo (outubro a junho), estando estruturado em três cursos.

No primeiro curso participam 333 alunos, de 8 escolas, num total de 10 aulas e com respetivo término no Pinhal Novo a 14 de dezembro e em Palmela a 12 de janeiro.

A organização deste Programa é da responsabilidade conjunta da Câmara Municipal de Palmela, que assegura também os transportes e a articulação com as escolas, e da Palmela Desporto que garante a intervenção técnico-pedagógica.

A Madrinha deste Programa é a nadadora paralímpica Simone Fragoso.



ASSINATURA DE PROTOCOLO ENTRE A PALMELA DESPORTO E O AGRUPAMENTO DE ESCOLAS JOSÉ MARIA DOS SANTOS

Foi assinado um protocolo de cooperação entre a Palmela Desporto, E. M. e o Agrupamento de Escolas José Maria dos Santos, Pinhal Novo, que estabelece as condições de utilização das instalações desportivas existentes com as dinâmicas escolares direcionadas, com maior ênfase, junto dos alunos do 1.º ciclo.

De destacar, entre os pontos acordados, a possibilidade de acesso gratuito à Piscina Municipal de Pinhal Novo dos alunos com Necessidades Educativas Especiais (NEE) e Currículo Específico Individual (CEI) e as condições de utilização do Pavilhão Desportivo de Pinhal Novo nas suas atividades curriculares, complemento e enriquecimento curricular no âmbito do 1.º ciclo deste Agrupamento.



Por outro lado, o Agrupamento de Escolas José Maria dos Santos pode utilizar a Piscina de Pinhal Novo nos dias, horários e condições que vierem a ser acordadas, cedendo a Palmela Desporto, E. M. os materiais técnico-pedagógicos necessários, sendo o enquadramento técnico da responsabilidade da Escola.

Uma cooperação que vem na sequência de anteriores acordos e que visa contribuir para uma eficaz rentabilização dos espaços desportivos envolvidos na procura de uma mais vasta promoção da atividade física entre os jovens.

LUIS PITEIRA É CAMPEÃO NACIONAL DE NATAÇÃO DE ÁGUAS ABERTAS

Luis Piteira, atleta da Palmela Desporto, sagrou-se Campeão Nacional de Masters de Verão, Escalão E, em águas abertas percorrendo os 3 km da prova em 45.49.00.

Os campeonatos nacionais de águas abertas decorreram no dia 29 de julho, na Barragem da Caniçada, no parque natural do Gerês e contaram com a participação de 150 nadadores, entre os quais Luis Piteira e José Pereira.

De salientar o brilhante 6.º lugar alcançado na mesma prova por José Pereira com o tempo de 55.24.00.

A Pamela Desporto e o Município de Palmela felicitam os atletas e equipas técnicas pelos seus desempenhos e resultados impares alcançados nestes campeonatos.





"NATAÇÃO ADAPTADA" UM PROJETO ESPECIAL NAS PISCINAS DE PALMELA E PINHAL NOVO ARRANCA COM A VERTENTE COMPETITIVA

No dia 16 de outubro, a Palmela Desporto abriu as suas piscinas às pessoas com deficiência ou limitações que desejam utilizar o meio aquático como via de inclusão e superação ao nível desportivo. Nas Piscinas de Palmela e Pinhal Novo, a técnica e atleta paralímpica Simone Fragoso assume o comando técnico deste projeto, que em breve poderá alicerçar-se e ganhar consistência com a dinamização de Ações de Formação para Técnicos e Professores nesta área, em cooperação com a APCAS (Associação de Paralisia Cerebral de Almada-Seixal), entidade reconhecida internacionalmente nesta área.

Em funcionamento há já algum tempo, a Natação Adaptada teve, até à data, como público alvo os utentes com deficiência mobilizados, em boa parte, pelas escolas públicas do Pinhal Novo (Agrupamento de Escolas José Maria dos Santos e Escola Secundária de Pinhal Novo).

A Palmela Desporto, E. M. e a Câmara Municipal de Palmela acreditam neste projeto enquanto agentes de promoção desportiva e inclusiva dos munícipes e demais interessados.

NADADORAS DA PALMELA DESPORTO APURAM-SE PARA O CAMPEONATO NACIONAL DA 3ª DIVISÃO, COM UM EXCELENTE 6º LUGAR NA GERAL



Disputou-se no dia 28 de outubro de 2017 a qualificação para o Campeonato Nacional da 3.ª Divisão, em Bragança.

Nesta competição, participaram 293 nadadores, 151 femininos e 141 masculinos em representação de 30 clubes, entre os quais o Clube Naval de Ponta Delgada, Natação de Lisboa, Buzios — Coruche, e o Portinado, entre outros.

A Palmela Desporto fez-se representar pelas seguintes nadadoras:

- · Juvenil Margarida Silva.
- · Juniores Iolanda Clérigo, Mafalda Dias, Mafalda Monteiro.
- · Sénior Filipa Raposeiro.

Registe-se os bons desempenhos nas várias provas em que participaram, quase sempre no "top 6" e muitas vezes a escassos segundos do pódio.

Parabéns às atletas pelas provas realizadas, com obtenção de recordes pessoais, bem como o 6.º Lugar na geral, sendo que, com este resultado a Palmela Desporto ascendeu à 3.ª Divisão.

A Palmela Desporto e a Câmara Municipal de Palmela felicitam as atletas e equipa técnica pelos resultados alcançados.

A próxima competição em que os nadadores da Palmela Desporto irão participar realiza-se nos dias 4 e 5 de novembro de 2017, o TORREGRI 1 – Cadetes, na Reboleira..

PROTOCOLO CELEBRADO COM CENTRO SOCIAL DE PALMELA



Foi assinado um protocolo de cooperação entre a Palmela Desporto, E. M. e o Centro Social de Palmela, que estabelece as condições de utilização das piscinas municipais por parte dos alunos do Centro de Acolhimento Temporário "Porta Aberta" e acesso de jovens do Serviço Voluntário Europeu.

O protocolo tem como objetivo definir as condições do apoio da Palmela Desporto ao Centro Social de Palmela e a casos sociais individuais enquadrados pela instituição que, pela sua especificidade, justifiquem um apoio especial, no âmbito da política de responsabilidade social da empresa.

Permite que, jovens estrangeiros do Serviço Voluntário Europeu, que façam voluntariado nas instalações Centro Social de Palmela, usufruam da natação livre na Piscina de Palmela, nos dias e horários definidos para esta vertente, gratuitamente, desde que existam dificuldades económicas, devidamente, comprovadas. Por outro lado, realizar descontos nas mensalidades a utentes, trabalhadores, colaboradores e familiares na utilização das instalações das piscinas de Palmela e Pinhal Novo.

Uma cooperação que visa contribuir para uma eficaz rentabilização do espaço desportivo envolvido na procura de uma mais vasta promoção da atividade física entre os jovens da comunidade.

Assinaram este protocolo o Presidente do Conselho de Gestão da Palmela Desporto, E. M., José Barreto e o Presidente da Direção do Centro Social de Palmela, Guilherme Bettencourt.



FICANDO APENAS A 2 PONTOS DA PROMOÇÃO Nadadores da Palmela Desporto em evidência no Nacional de Clubes da 3.ª Divisão

Disputou-se na cidade da Guarda, no dia 1 de novembro de 2017, o Campeonato Nacional de Clubes da 3.ª Divisão.

Nesta competição participaram 437 nadadores, 215 femininos e 222 masculinos em representação de 45 clubes, entre os quais o Clube Naval de Ponta Delgada, Natação de Lisboa, Buzios — Coruche, Portinado e Estrelas São João Brito.

A Palmela Desporto fez-se representar por uma equipa feminina, constituída por Filipa Raposeiro, Iolanda Clérigo, Mafalda Dias, Mafalda Monteiro e Margarida Silva e uma masculina, composta por David Lopes, Eduardo Guia, Nuno Martins, Simão Ricardo e Vítor Paulino.

Resultados em destaque:

- As estafetas masculinas de 4 x 100 metros livres e 4 x 100 metros estilos classificaram-se em 2.º lugar;
- Nuno Martins, 2.º lugar nos 100 metros mariposa 56.75, nos 100 metros costas ficou em 5.º lugar 59.64 e nos 200 metros costas ficou em 9.º lugar 2:13.03;
- David Lopes, 2.º lugar nos 50 metros livres 23.81 e nos 100 metros livres ficou em 7.º lugar 53.43;
- Eduardo Guia, 8.º lugar nos 100 metros bruços 1:08.67;
- Simão Ricardo, 2.º lugar nos 200 metros bruços 2:25.85;
- Mafalda Dias, 4.º lugar nos 50 metros livres 28.17 e nos 100 metros costas ficou em 8.º lugar 1:08.55;
- Mafalda Monteiro, 7.º lugar nos 100 metros livres 1:02.17.

Parabéns aos atletas pelos resultados alcançados, com obtenção de recordes pessoais. Tendo a equipa feminina ficado em 13.º lugar e a



equipa masculina em 5.º lugar, com estes resultados a manterem-se as duas equipas na 3.ª divisão. Registe-se que foi por pouco que a equipa masculina não subiu à 2.ª Divisão Nacional (por apenas 2 pontos ...!), pelo que há que dar destaque aos progressos que se têm vindo a sentir na Palmela Desporto, só possível pelo empenho dos atletas e equipas técnicas, não esquecendo o papel fundamental dos encarregados de educação e o empenho que a Autarquia e a Palmela Desporto têm demonstrado neste propósito.

A Palmela Desporto e a Câmara Municipal de Palmela felicitam os (as) atletas e equipa técnica pelos resultados alcançados.

ANIVERSÁRIO DA PISCINA DO PINHAL NOVO, 18 ANOS A SERVIR A COMUNIDADE

Teve lugar no dia 20 de novembro na Piscina Municipal do Pinhal Novo a comemoração dos 18 anos de utilização pela comunidade, motivo para a realização de um momento protocolar que contou com a presença do Sr. Presidente da Câmara Municipal de Palmela, Álvaro Amaro, do Sr. Vereador do Desporto da Câmara Municipal de Palmela, Luís Miguel Calha, do Presidente da Junta de Freguesia do Pinhal Novo, Sr. Manuel Lagarto e dos trabalhadores da Palmela Desporto, E. M., para além do Conselho de Gestão e outros convidados.

Procedeu-se à apresentação do novo sítio da Palmela Desporto na internet (pela Diretora da Piscina de Pinhal Novo, Cátia Rodrigues) e à assinatura do Protocolo de Cooperação entre a Palmela Desporto e a Escola Secundária do Pinhal Novo (representada pela sua Diretora). Seguiram-se algumas palavras alusivas ao aniversário deste espaço municipal pelo Presidente do Conselho de Gestão (José Barreto) e, para finalizar o momento protocolar, usou da palavra o Sr. Presidente da autarquia.

Uma cerimónia simples, mas cheia de simbolismo, perante as dinâmicas que se desenvolvem junto da comunidade pinhalnovense e não só, num equipamento de referência ao nível regional e nacional. Das quatro modalidades que estiveram no arranque deste espaço desportivo, assistimos neste momento a mais

de trinta, ligadas ao meio aquático e não só, que caracterizam o âmbito e a qualidade da oferta à população.

No final, no átrio da piscina, cantaram-se os parabéns e bridou-se com moscatel a acompanhar o bolo de aniversário por todos os presentes.

A Palmela Desporto, E. M. e a Câmara Municipal de Palmela estão de parabéns por mais este marco histórico e de sucesso para a comunidade da região.





CONSELHO DE GESTÃO DA PALMELA DESPORTO EMPOSSADO

Realizou-se no dia 6 de dezembro de 2017, pelas 14h30, a tomada de posse do Conselho de Gestão da Palmela Desporto EM, para os próximos 4 anos, uma reeleição dos elementos da anterior administração presididos por José Barreto.

Deste Conselho de Gestão fazem parte ainda Daniel Pó e João Pina.

Estiveram presentes o Sr. Presidente da Câmara Municipal Palmela (Álvaro Amaro), o Sr. Vereador do Desporto (Luís Calha), que presidiu à tomada de posse, para além da restante Vereação, o responsável do Desporto Escolar da Península de Setúbal, dirigentes associativos, trabalhadores da Palmela Desporto e órgãos da comunicação social regionais.

Usaram da palavra o reeleito Presidente, José Barreto, dando conta do que foi realizado no passado recente e as perspetivas que objetivam o futuro pelo elenco administrativo da empresa, tendo a cerimónia sido encerrada pelo intervenção do Sr. Presidente da autarquia, Álvaro Amaro, dando conta da importância que a Palmela Desporto tem tido na obtenção das pretensões



institucionais por garantir uma melhor qualidade de vida para os munícipes na área da atividade física e da criação de hábitos de vida saudável para todos, com especial enfase a cada vez maior oferta junto das populações com especiais, no caminho para a verdadeira inclusão.





JANEIRO

PROMOÇÕES, ENTRADAS LIVRES E GRATUITAS

PISCINA MUNICIPAL DE PINHAL NOVO

De 1 a 31 janeiro

<u>ISENÇÃO DA TAXA DE INSCRIÇÃO</u> no cartão total exercício, cartão aulas de Exercício em grupo e cartão Ginásio, acrescido de desconto de 20% na primeira mensalidade, para quem tem filhos a frequentar qualquer atividade nas Piscina Municipal de Palmela e Pinhal Novo.

Dia 2 janeiro | 7h15 às 21h45

DIA LÍVRE – GINÁSIO DE MUSCULAÇÃO E CARDIOFITNESS

Destinatários – a partir dos 14 anos | Entradas livres e gratuitas

Dias 3 e 5 janeiro

AIKIDO - AULAS ABERTAS

18h30 às 19h30 | crianças

19h30 às 21h00 | adultos

Destinatários – a partir dos 7 anos | Entradas livres e gratuitas

Dia 4 janeiro | 18h45 às 19h45

XADREZ – AULA ABERTA

Destinatários – a partir dos 5 | Entradas livres e gratuitas

Dia 06 janeiro

DANÇA CLÁSSICA - BALLET

09h30 às 10h15 | Destinatários – dos 6 aos 10 anos

10h30 às 11h15 | Destinatários – dos 3 aos 5 anos

11h30 às 12h15 | Destinatários – a partir dos 10 anos

Equipamento necessário – roupa prática (fato de treino e sapatilhas e/ou meias). Frequência limitada às 5 primeiras inscrições na secretaria da piscina, em cada aula. **I Entradas livres e gratuitas**

Dias 8 e 11 janeiro | 19h00 às 20h00

KRAV MAGÁ – AULA DE DEFESA PESSOAL

Destinatários – a partir dos 14 anos | Entradas livres e gratuitas

De 8 a 13 de janeiro

SEMANA DAS AULAS DE GRUPO

Treino em Circuito, Pilates, Mobilidade e Reeducação Postural, Step, Jump, Impact, Spinning*, Afro-Zumba, Localizada Pesos e Barras, Balance e Yoga. Destinatários – a partir dos 14 anos. Aula de Spinning mediante inscrição prévia.

Hip Hop e Zumba Kids Destinatários – a partir dos 6 anos * Entradas livres e gratuitas

Dias 13 e 14 de janeiro | 15h30 às 19h30

FESTIVAL DE JÁNEIRO DE INFANTIS E JUVENIS

Organização: Associação de Natação de Lisboa e Palmela Desporto, E. M.

WWW.**PALMELADESPORTO**.PT facebook.com/palmeladesporto