



José Barreto
Presidente do Conselho de Gestão

Palmela Desporto encerra 2018 com saldo positivo

Na senda do sucedido em anos anteriores a Palmela Desporto terminou o ano de 2018 com saldo desportivo e financeiro positivos.

Do ponto de vista financeiro, através de uma gestão rigorosa e transparente, demonstrou-se a solidez da Palmela Desporto, que possibilitou, a cada vez mais cidadãos o acesso às instalações desportivas geridas pela empresa municipal.

No que se refere a atividade desportiva, a Palmela Desporto consolidou e ampliou atividades e modalidades que contribuíram para a satisfação das necessidades de prática desportiva sejam para fins competitivos, recreativos, de lazer ou saúde.

Aprofundou-se a relação com a comunidade através da renovação ou estabelecimento de inúmeros protocolos com IPSS's, clubes e associações, corporação de bombeiros, atletas, empresas, autarquias, escolas, fundações, instituições governamentais, que possibilitaram, entre outros, o acesso aos serviços disponibilizados pela Palmela Desporto em condições preferenciais

por comparação com as oferecidas no mercado;

Na senda da responsabilidade social da Palmela Desporto, possibilitou-se, entre muitos outros, que crianças pertencentes a famílias com comprovadas carências económicas, aprendam a nadar ou aperfeiçoem a prática da natação, gratuitamente. Disponibilizou-se espaço nas instalações da Piscina Municipal de Pinhal Novo para realização de colheitas de sangue. Ampliou-se a possibilidade de qualquer cidadão independentemente da sua condição social ou económica tenha acesso a atividade ou à pratica desportiva.

Por último o Conselho de Gestão da Palmela Desporto quer reconhecer publicamente o esforço, dedicação e empenho de todos os trabalhadores que contribuíram para que mais uma vez a nossa empresa tenha obtido resultados positivos. Bem hajam pelo vosso esforço diário na dignificação do serviço publico.

Juntos conquistamos desporto!

Cine-Teatro S. João | Palmela
24 FEVEREIRO 2019 | 11h00
ESPETÁCULO DE BALLET INFANTIL

UM ENCONTRO DE PRINCESAS

ANIVERSÁRIO DA PALMELA DESPORTO, 19 ANOS DE SUCESSO AO SERVIÇO DA COMUNIDADE

Teve lugar no final do dia 4 de fevereiro, pelas 18h00, na Piscina Municipal do Pinhal Novo a cerimónia de comemoração do 19.º aniversário da Palmela Desporto, onde estiveram presentes o Presidente e Vogal do Conselho de Gestão, bem como os órgãos sociais da Palmela Desporto, o Presidente da Câmara Municipal de Palmela acompanhado por diversos vereadores, presidentes e representantes das Juntas de Freguesia de Quinta do Anjo, Poceirão/Marateca e Pinhal Novo.

Estiveram ainda presentes diversos representantes do Associativismo, como por exemplo: SFUA, Clube Desportivo Pinhalnovense, Quintajense Futebol Clube, Casa do Benfica de Palmela, Associação de Festas de Pinhal Novo, entre outros.

Para além destes, ainda contámos com a presença da Fundação COI, enquanto parceira da Palmela Desporto, da Escola Secundária com 3.º ciclo do Ensino Básico de Pinhal Novo, da Sapiencia Sports que assinou um protocolo, dos atletas Rui Narigueta e João Bragadeste, este último que também renovou protocolo.

Estiveram presentes diversos trabalhadores e prestadores de serviços da Palmela Desporto que se associaram igualmente a estas comemorações.

A Palmela Desporto agradece a presença de todos quantos se associaram a este momento e contribuíram para que estas comemorações tivessem o êxito merecido.



BATISMOS DE MERGULHO NA PISCINA MUNICIPAL DE PALMELA

Integrado no programa de comemoração dos 25 anos da Piscina Municipal de Palmela, realizou-se no dia 16 de fevereiro, neste equipamento desportivo, batismos de mergulho apoiados pelo Centro Português de Atividades Subaquáticas (CPAS), que vem a colaborar na dinâmica que a Palmela Desporto tem investido nesta modalidade.

Depois de uma fase de promoção junto das Escolas do concelho e de várias demonstrações em eventos locais, a Palmela Desporto assume-se como um polo dinamizador desta atividade, suportando-se na existência de espaços (piscinas municipais) que reúnem todas as condições para motivar a passagem para a formação em mar.



PÓLO AQUÁTICO DINAMIZADO NA PISCINA MUNICIPAL DE PALMELA

Conforme planeado, realizou-se no dia 26 de janeiro, uma atividade de promoção do Pólo Aquático na Piscina Municipal de Palmela, na perspetiva de divulgar a modalidade na região.

Foi oferecida uma touca aos participantes por parte da Palmela Desporto, patrocinadora do evento.

Esta iniciativa integra-se no programa de comemoração do 25.º aniversário da Piscina Municipal de Palmela.



TORNEIO DE BOCCIA DO DESPORTO ESCOLAR EM PINHAL NOVO, FOI UM SUCESSO

Teve lugar no dia 2 de fevereiro, no Pavilhão Desportivo Municipal de Pinhal Novo o Torneio do Carnaval em Boccia, iniciativa integrada no Plano Anual de Atividades do Desporto Escolar da Península de Setúbal, que recebeu 212 jovens praticantes da modalidade em representação de 23 escolas da região.

Tendo em conta a necessidade de enquadramento especial para alguns destes jovens numa dinâmica onde a inclusão plena é obrigatória (as equipas teriam de ser compostas por alunos com Regulamento Técnico Pedagógico (RTP) e alunos sem qualquer tipo de deficiência), muitos Encarregados de Educação, Técnicos do Ensino Especial e Professores elevaram a participação a mais de 300 pessoas.

De registar a presença no final da manhã e na entrega de prémios aos vencedores da Vereadora da Câmara Municipal de Palmela, Fernanda Pésinho.



A Palmela Desporto está a investir na dinamização desta modalidade, não só ao nível dos jovens e das Escolas, mas também junto da população sénior, tendo como suporte técnico a parceria com a APPACDM de Setúbal recentemente firmada.

PROTOCOLO RENOVADO COM RUI NARIGUETA

Foi renovado o Protocolo de Cooperação entre a Palmela Desporto, E. M. e o atleta internacional Rui Narigueta, uma referência ao nível do Duetlo e Triatlo, modalidade de que é campeão nacional em título, e que estabelece as condições de utilização da Piscina Municipal do Pinhal Novo e Ginásio de Musculação e Cardiofitness, para a época desportiva 2018/2019, para o treino, visando a participação em competições do calendário regional, nacional e internacional previstas, nomeadamente, o apuramento para o Campeonato da Europa de Duetlo-Cross, integrando a Seleção Nacional e Campeonato do Mundo de IronMan.



Trata-se de um protocolo de continuidade que tem como objetivo definir as condições do apoio da Palmela Desporto junto do atleta na procura do sucesso desportivo previsto, possibilitando as condições de treino adequadas nas suas instalações.

Por outro lado, o atleta Rui Narigueta compromete-se a promover e divulgar a parceria com a Palmela Desporto em termos mediáticos e desportivos nas suas participações e da sua imagem para efeitos promocionais da empresa, da autarquia e do próprio atleta.

Assinaram este protocolo o Presidente do Conselho de Gestão da Palmela Desporto, E. M., José Barreto, e o atleta Rui Narigueta.

PALMELA DESPORTO PARTICIPOU NOS XI MEETING INTERNACIONAL DE LISBOA

Disputou-se entre os dias 9 e 10 de fevereiro de 2019, o XI Meeting Internacional de Lisboa, no Complexo de Piscinas do Jamor, competição em que a Palmela Desporto participou com 8 nadadores, num total de 663, em representação de 76 clubes, entre os quais um clube das Ilhas de Faro, um clube da Irlanda, o Louletano Desportos Clube, a SFUAP - Sociedade Filarmónica União Artística Piedense, o Clube dos Galitos, o Laranjeiro, entre outros.

A Palmela Desporto fez-se representar pelos seguintes nadadores:

Juvenis: Alexandre Morais, João Angelino e Tomás Neto.

Juniores: Margarida Silva e Iolanda Clérigo.

Seniores: Tomás Coxixo, António Ferreira e Mafalda Dias.



Destaques para o Tomás Coxixo, que obteve um 14.º lugar e Mafalda Dias, com um 19.º lugar na final B, nos 50 metros costas.

ATLETA DA PALMELA DESPORTO INTEGRA EQUIPA DA ANL QUE VENCE A XXVII TAÇA VALE DO TEJO

João Angelino, da Palmela Desporto, representou a seleção da Associação de Natação de Lisboa, nos 50 metros livres, em que obteve o tempo de 26.89, conquistando assim o 12.º lugar.

A seleção da Associação de Natação de Lisboa foi a grande vencedora da “XXVII Taça Vale do Tejo”, tornando-se tricampeã da competição.

Desde cedo e como era espectável, a competição teve duas seleções a lutar pelos primeiros lugares, a de Lisboa e a Associação de Natação do Norte de Portugal, tendo existido algumas trocas de posições ao longo da competição. No final, já com alguma vantagem, uma desclassificação da estafeta infantil da ANNP acentuou uma diferença na pontuação final que não traduz o que se passou ao longo do dia, dado que foi uma prova extremamente disputada.

De realçar ainda que em termos de categorias, a seleção da ANL venceu quer em infantis, quer em juvenis.



Esta foi a sétima vitória nas últimas oito edições da “Taça Vale do Tejo” por parte da ANL, prova organizada pela Associação de Natação do Distrito de Santarém e que, pela primeira vez, contou com a presença das treze associações territoriais.

Parabéns ao João Angelino pela dedicação e empenho que tem demonstrado, bem como ao seu treinador José Tavares.

PRESENÇA DOS NADADORES CADETES DA PALMELA DESPORTO NO FESTIVAL REGIONAL DE CLUBES DE CADETES

A Palmela Desporto fez-se representar nos dias 26 e 27 de janeiro de 2019, no Festival Regional de Clubes de Cadetes, com 10 nadadores:

Cadetes A: Mariana Coimbra, Rafael Quaresma e Rodrigo Martins;

Cadetes B: Margarida Miranda, Matilde Fialho, Rita Silva, Joana Venceslau, Martim Dinis, Rodrigo Grilo e Tiago Manuel.



Marcaram presença cerca de 223 atletas em representação de 24 clubes, entre os quais o Clube Naval Setubalense, a Geslours, a SFUAP, o Sport Lisboa e Benfica, entre outros.

Sem destacar individualmente, mas sim coletivamente, a Palmela Desporto ficou num brilhante 9.º lugar.

XIII OPEN INTERNACIONAL DE MASTERS DE INVERNO CONTOU COM A PARTICIPAÇÃO DA PALMELA DESPORTO

Disputou-se nos dias 18, 19 e 20 de janeiro de 2019, o “XIII OPEN Internacional de Masters de Inverno”, na Mealhada, competição em que a Palmela Desporto participou com 4 nadadores, num total de 790 atletas, em representação de 71 clubes, entre os quais, um clube Alemão, dois clubes Espanhóis, um clube Francês, o Clube Natação da Amadora, a Geslours, o Clube Natação de Masters de Almada, o Sporting Clube de Portugal, entre outros.



Destaque para excelentes prestações do atleta da Palmela Desporto José Tavares, com prestações de pódio nas provas em que participou. A Palmela Desporto fez-se representar pelos seguintes nadadores:

José Manuel Pereira, escalão E, 9.º lugar nos 400 metros livres, 11.º lugar nos 200 metros estilos, 23.º lugar nos 100 metros estilos, 22.º lugar nos 100 metros livres e 15.º lugar nos 200 metros livres;

José Manuel Tavares, escalão H, campeão Nacional nos 200 metros costas, 2.º lugar nos 50 metros livres e 3.º lugar nos 200 metros livres;

Felippe Figueiredo, escalão C, 7.º lugar nos 100 metros costas, 14.º lugar nos 50 metros mariposa, 7.º lugar nos 50 metros costas, 28.º lugar nos 100 metros livres e 9.º lugar nos 100 metros mariposa;

Andreia Almeida, escalão B, 6.º lugar nos 400 metros livres e nos 100 metros costas, 9.º lugar nos 200 metros bruços e 18.º lugar nos 50 metros livres.

FESTIVAL DE JANEIRO DE INFANTIS E JUVENIS NADADORES INFANTIS DA PALMELA DESPORTO COM BONS REGISTOS

Disputou-se nos dias 19 e 20 de janeiro de 2019 o “Festival de Janeiro de Infantis e Juvenis” em Alapraia (Estoril), competição em que a Palmela Desporto participou com 16 nadadores, num total de 491, em representação de 31 clubes, entre os quais o Clube Naval Setubalense, a Geslours, a SFUAP, o Sport Lisboa e Benfica, entre outros.

A Palmela Desporto fez-se representar pelos seguintes nadadores:

Infantis B: Leticia Magalhães, Ana Silva, Sofia Raposo, Maria Marçalo, Leonor Parente, Beatriz Perpétuo, Lourenço Soares e Diogo Venceslau;

Infantis A: Mariana Roseiro, Leonor Santos, Tiago Lourenço e Francisco Motta;

Juvenis B: Alexandre Morais, João Angelino, Tomás Neto e Daniel Correia.

Os resultados com maior destaque obtidos pelos nadadores da Palmela Desporto foram os seguintes:



Tiago Lourenço, 9.º lugar nos 100 metros mariposa;
Leticia Magalhães, 6.º lugar nos 400 metros estilos e 5.º lugar nos 800 metros livres;

Mariana Roseiro, 5.º lugar nos 100 metros bruços;
Alexandre Morais, 9.º lugar nos 400 metros livres e nos 200 metros estilos e 2.º lugar nos 200 metros mariposa;

Tomás Neto, 10.º lugar nos 200 metros bruços e nos 200 metros costas.

PALMELA DESPORTO REPRESENTADA EM ESTÁGIO DE CAPACITAÇÃO

Realizou-se no fim de semana de 12 e 13 de janeiro, no Complexo de Piscinas da Associação Humanitária de Bombeiros Voluntários dos Estoris, em Alapraia - Estoril, o 1.º Estágio de Capacitação de Infantis ANL-ANDS, no âmbito da política de Enquadramento Regional da Federação Portuguesa de Natação.

Estiveram presentes os 43 nadadores convocados (22 do género feminino e 21 do género masculino), mais pontuados do Torneio Nadador Completo da Associação de Natação de Lisboa e da Associação de Natação do Distrito de Santarém e os 20 treinadores dos respetivos clubes representados.

A Palmela Desporto esteve representada pela nadadora Letícia Magalhães (infantil B) e o treinador dos infantis da PDEM, David Leal.

Este estágio que teve a duração de dia e meio, mediante supervisão e coordenação do Diretor Técnico Regional da ANL, contou com 3



sessões que tiveram início pelas 15h00 do dia 12 e terminaram pelas 17h30, do dia 13, resultando numa experiência muito enriquecedora e de grande formação para todos os envolvidos, com vários momentos de treino e de avaliação (antropométrica, aeróbia, técnica e da velocidade).

NADADORES DA COMPETIÇÃO ADAPTADA DA PALMELA DESPORTO BRILHARAM NO TORNEIO DE NATAÇÃO ADAPTADA ANL

Disputou-se no dia 6 de janeiro de 2019, o Torneio de Natação Adaptada da ANL – Associação de Natação de Lisboa, competição em que a Palmela Desporto participou com 3 nadadores, num total de 25 atletas, em representação de 3 clubes, o Alhandra, a Palmela Desporto E. M. e o Sporting Clube de Portugal.

A Palmela Desporto fez-se representar pelos nadadores; João Cruz, na categoria S12, ficou em 1.º lugar nos 100 metros livres e em 1.º lugar nos 200 metros estilos;

Duarte Gaspar, na categoria S8, ficou em 1.º lugar nos 100 metros livres;

Simone Fragoso, na categoria S5, ficou em 1.º lugar nos 50 metros mariposa e em 1.º lugar nos 100 metros livres.



TORNEIO MASTERS DA ANL CONTOU COM BOAS PRESTAÇÕES DOS NADADORES DA PALMELA DESPORTO

José Pereira e Andreia Almeida, em representação da Palmela Desporto, estiveram em bom plano no Torneio Masters da ANL – Associação de Natação de Lisboa, em Santo António dos Cavaleiros, Loures, que se realizou no dia 6 de janeiro de 2019, competição onde marcaram presença cerca de 97 atletas, em representação de 15 clubes, entre os quais, a Geslours, o Sport Algés e Dafundo, o Sporting Clube de Portugal, entre outros.

José Manuel Pereira, escalão E, nadou os 100 metros livres, ficou em 4.º lugar e nadou os 100 metros estilos onde obteve um 3.º lugar;

Andreia Almeida, escalão B, obteve o 1.º lugar nos 100 metros bruços e o 1.º lugar nos 100 metros estilos.



COM O APOIO DA PALMELA DESPORTO LUÍS SILVA EM DESTAQUE NO TRAIL NACIONAL EM 2018

Intervindo ao nível de disponibilizar condições de treino nas suas instalações no Pinhal Novo, a Palmela Desporto surge como um parceiro decisivo na preparação do atleta Luís Silva, que no Trail Nacional têm vindo a somar êxitos nos últimos anos e com o qual está estabelecido um protocolo de cooperação.

Durante o ano de 2018, Luís Silva registou resultados de bom nível nas várias competições realizadas, destacando-se o 8.º lugar no Campeonato Nacional de Ultra-Trail (50 Kms) e as participações numa etapa da Taça do Mundo de Ski Running (Pirinéus) e no Azores Trail Adventure. No Circuito Trail Lisboa obteve o 2.º lugar na classificação geral (5 provas).



ATLETAS APOIADOS PELA PALMELA DESPORTO DISTINGUIDOS NA GALA “FÉ NO TRIATLO” REALIZADA EM ALCOBAÇA



A Federação de Triatlo de Portugal homenageou, no passado dia 19 de janeiro, em Alcobaca (Cineteatro João D’Oliva Monteiro), os Campeões Nacionais de Triatlo e Duatlo e também os vencedores da Taça de Portugal e do Campeonato Nacional Jovem de Paratriatlo, da época de 2018, incluindo-se no grupo dos homenageados atletas apoiados pela Palmela Desporto. A saber:

Malvina Gomes, participou em várias provas nacionais e internacionais, destacando-se no Campeonato do Mundo XTerra, no Hawaii, com um 25.º lugar na Age Group (40-44), depois de se ter tornado Campeã Nacional, na Golegã. Recentemente foi reconhecida pela Federação Portuguesa de Triatlo como Campeã Nacional de Triatlo Cross.

Rui Narigueta, somou 4 títulos de Campeão Nacional em várias disciplinas do Triatlo (Duatlo Cross, Triatlo Cross, etc.) e esteve em Ibiza no ITU Europe onde se classificou no 9.º lugar de Elite.

João Bragadeste, sagrou-se Campeão Nacional por 3 vezes em Duatlo Sprint em estrada e Triatlo Olímpico, tendo participado e vencido várias provas em que competiu a nível nacional. Foi vencedor do ranking nacional de Duatlo de estrada 2018.

Marco Miguel, foi Campeão Nacional de Duatlo Sprint, Vice-campeão Nacional Militar de corta mato e venceu a NATO RUN, em Budapeste.

João Jesus, averbou vários lugares cimeiros das provas nacionais de Duatlo e Triatlo Cross, tendo vencido com regularidade o seu escalão etário.

PISCINA MUNICIPAL DE PALMELA

Dia 2 março | 16h00 às 17h00

HIDROCARNAVAL

NO ÂMBITO DO "MEXA-SE EM PALMELA" – AULA ABERTA DE HIDROGINÁSTICA

Grau de dificuldade – Fácil (acessível a todos)

Destinatários – a partir dos 14 anos

Entrada livre e gratuita

Inscrição prévia, obrigatória, na secretaria das piscinas até dia 2 às 13h00.



Dia 8 março

DIA INTERNACIONAL DA MULHER



NO ÂMBITO DO 25.º ANIVERSÁRIO DA PISCINA DE PALMELA

Aulas de Hidroginástica | 08h15 às 09h00, 12h30 às 13h15, 13h15 às 14h00

Natação Livre | Nos horários disponíveis para a Natação Livre

Destinatários – mulheres a partir dos 14 anos

Entradas livres e gratuitas, limitado ao número de vagas existentes.

Dia 16 março | 15H30

FESTIVAL DE ENCERRAMENTO



DO 2.º CURSO DO APRENDER A NADAR

Destinatários – todos os participantes no 2.º Curso do Programa Municipal de Natação "APRENDER A NADAR".

Dia 19 março | Nos horários destinados à Natação Livre

DIA DO PAI

Destinatários – utentes acompanhados pelos pais/filhos

Entrada gratuita apenas para o pai/filho na Natação Livre desde que acompanhado pelo seu filho/pai.

PISCINA MUNICIPAL DE PINHAL NOVO

Dia 8 março

DIA INTERNACIONAL DA MULHER

Aulas de Hidroginástica | 08h15 às 09h00, 12h15 às 13h00, 13h00 às 13h45 e 20h15 às 21h00

Utilização Livre | Nos horários disponíveis para Natação Livre

Destinatários – mulheres a partir dos 14 anos

Entradas livres e gratuitas, limitado ao número de vagas existentes

Dia 19 março | Nos horários destinados à Natação Livre

DIA DO PAI

Destinatários – utentes acompanhados pelos pais/filhos

Entrada gratuita apenas para o pai/filho na Natação Livre desde que acompanhado pelo seu filho/pai.



PISCINA MUNICIPAL DE PINHAL NOVO

De 18 a 23 de março

SEMANA DA PRIMAVERA

TREINO EM CIRCUITO | 2.ª feira | 13h00 às 13h50 | 4.ª feira | 19h00 às 19h50

PILATES | 3.ª feira | 13h15 às 14h00 | 17h15 às 18h00 | 18h00 às 18h45
| 5.ª feira | 17h15 às 18h00 | 18h00 às 18h45

MOBILIDADE E REEDUCAÇÃO POSTURAL | 2.ª, 4.ª e 6.ª feira | 17h15 às 18h00
STEP | 2.ª feira | 18h30 às 19h20

JUMP | 6.ª feira | 13h00 às 13h50

IMPACT | 6.ª feira | 18h30 às 19h20

PD PUMP | 3.ª feira | 19h00 às 19h50

SPINNING (mediante inscrição prévia) | 6.ª feira | 19h20 às 20h10

LOCALIZADA PESOS E BARRAS | 2.ª feira | 19h20 às 20h10

BALANCE | 5.ª feira | 19h00 às 19h50

KRAV MAGA (FPKM) | 3.ª e 5.ª feira | 19h00 às 19h50

AIKIDO ADULTOS | 4.ª e 6.ª feira | 19h30 às 21h00

AFRICAN DANCE REVOLUTION | 3.ª feira | 19h50 às 20h40

YOGA | 2.ª e 5.ª feira | 20h00 às 21h00

Entradas livres e gratuitas, apenas para clientes não inscritos nestas atividades, limitado ao número de vagas existentes.

KRAV MAGA KIDS (IKFM) | Sábado | 09h30 às 10h15

AIKIDO CRIANÇAS | 4.ª e 6.ª feira | 18h30 às 19h30

XADREZ | 5.ª feira | 18h45 às 19h45

ZUMBA KIDS | 5.ª feira | 18h10 às 19h00

Entradas livres e gratuitas, apenas para clientes não inscritos nestas atividades, limitado ao número de vagas existentes.

Destinatários – a partir dos 6 anos

DANÇA CLÁSSICA BALLET | Sábado | 6 - 10 anos | 09h30 às 10h15
| 3 - 5 anos | 10h30 às 11h15
| >10 anos | 11h30 às 12h15

Entradas livres e gratuitas, apenas para clientes não inscritos nestas atividades, limitado ao número de vagas existentes.

Destinatários – a partir dos 3 anos

Dia 20 de março | 07h15 às 18h00

GINÁSIO DE MUSCULAÇÃO E CARDIOFITNESS

Entradas livres e gratuitas, apenas para clientes não inscritos nestas atividades, limitado ao número de vagas existentes.

Destinatários – a partir dos 14 anos

De 29 a 31 de março | 6.ª feira das 15h30 às 19h00, sáb. e dom. das 9h00 às 19h00.

TORNEIO ZONAL DE INFANTIS

Destinatários – jovens dos 12 aos 14 federados na Federação Portuguesa de Natação.

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

Entradas gratuitas para assistir ao evento.

