

3º OriJunior - Informações

População alvo: dos 14 aos 20 anos, **com** experiência na modalidade.

Quando: de **11 Abril (20h)** a **14 Abril (15h)**

Onde: **Arraiolos**

Objectivos:

- Criação de amizades, espírito de grupo e autonomia dos jovens
- Aperfeiçoamento e consolidação de técnicas e estratégias
- Partilha de conhecimentos entre monitores e jovens

Organização: Federação Portuguesa de Orientação

Planificação do estágio: Tiago Aires

Apoios: Câmara Municipal de Arraiolos; Gafanhori; Escola EB 2,3/S Cunha Rivara

Monitores: Acompanhamento dos jovens, montagem dos percursos, leccionação das aulas teóricas e coordenação das reuniões de análise dos treinos.

Dormida: Será em pavilhão gimnodesportivo. Os jovens ficarão instalados em solo duro, tendo por isso que **levar colchão, saco de cama e almofada.**

Alimentação: Será em refeitório ou restaurante.

Grupos de Trabalho:

Dada a heterogeneidade de jovens presentes no estágio existem 2 grupos de treino, que variam em nível de dificuldade técnica e física:

Azul (Aperfeiçoamento) | Magenta (Competição)

Valor de inscrição: 30,00€

Inclui: estadia em solo duro (3 noites), alimentação (5 refeições/dia), transporte, uma t-shirt, seguro desportivo e participação em todas as actividades descritas no programa.

Inscrições: estagio.ori junior@gmail.com (serviços FPO)

Inscrições abertas **apenas a jovens com experiência na modalidade**. Para os jovens com pouca ou nenhuma experiência, existe o OriJovem que agora é direccionado apenas para a iniciação.

Data limite de inscrições: 4 de Abril

No acto da inscrição deverão ser fornecidos os seguintes dados:

- Nome
- Data de Nascimento
- Clube
- Contacto do encarregado de educação ou outro
- Nº de federado

Se por algum motivo, um inscrito não puder comparecer no estágio, deve cancelar a sua inscrição até 8 Abril, sob pena de ter de pagar o valor da inscrição.

Autorização do Encarregado de Educação: Os jovens com menos de 18 anos, devem trazer para o estágio uma **declaração** a autorizar a sua participação no estágio, que tem de ser assinada pelo encarregado de educação.

Informações: www.fpo.pt (no menu OriJovem/OriJunior) ou 960236011 (António Aires)

Material necessário para o estágio:

- Lanterna ou frontal
- Bússola
- Caneta dermatográfica (caneta de acetato)
- Equipamento de Orientação
- Impermeável e roupa quente
- Sportident
- Garrafa de água 1,5L
- Relógio
- Saco-cama + Esteira ou colchão
- Tigela e colher para o pequeno-almoço

