



## 6º OriJunior – Informações



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

**Quando:** 18 , 19, 20 e 21 de Dezembro 2012

**Onde:** Coruche

**Objetivos:** - 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

**Apoios:** Coruche Outdoor Adventure Club e Câmara Municipal de Coruche

**Planificação do estágio:** Pedro Nogueira e Nuno Leite

**Dormida:** Será em solo duro, **Escola Básica 2,3 Dr. Armando Lizardo**, sendo por isso necessário levar colchão, saco-cama e almofada.

**Alimentação:** Na Cantina da escola almoços e jantares e pequeno almoço no Solo Duro.

**Início do OriJunior:** A receção dos jovens será feita na **Escola Básica 2,3 Dr. Armando Lizardo** entre as 21h e as 22h do dia 17 ou às 8h do dia 18.

**Encerramento do OriJovem:** O encerramento será às 18h de dia 21 Dezembro (Sexta-feira) devendo os pais ou responsáveis pelos jovens estar presentes a esta hora no colégio.

**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: 55,00€** (Pagamento tem de ser efetuado para o **nib** : 0036 0276 9910 0027 1984 3 e depois enviado o respetivo comprovativo)

**Inclui:** dormida em solo duro (3 noites), alimentação (5 refeições/dia), uma lembrança, seguro desportivo e participação em todas as atividades descritas no programa.

**Inscrições:** estagio.ori junior@gmail.com

Inscrições abertas **apenas a jovens com experiência na modalidade**. Para os jovens com pouca ou nenhuma experiência, existe o Ori Jovem.

**Data limite de inscrições: 13 de Dezembro**

No ato 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.

**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 que encontra-se disponível no site da federação.

**Informações:** [www.fpo.pt](http://www.fpo.pt) (no menu OriJovem/OriJunior)

**Material necessário para o estágio:**

- Lanterna ou frontal
- Bússola

- Caneta dermatográfica (caneta de acetato)
- Equipamento de Orientação
- Sportident
- Garrafa de água 1,5L
- Relógio
- Saco-cama + Esteira ou colchão + almofada
- Tigela, copo e colher para o pequeno-almoço