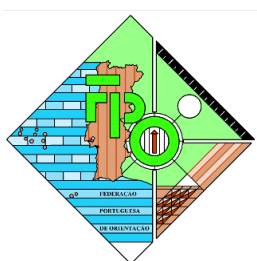


F: Ori^oni^oior



4 a 6 set- Marinha Grande - 2013



Federação Portuguesa de Orientação - FPO

Apoios:





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

Quando: dias 04, 05 e 06 de setembro

Onde: Marinha Grande

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 - FPO

Apoios: Escola Básica Guilherme Stephens e COC - Clube de Orientação do Centro

Planificação do estágio: Pedro Nogueira

Dormida: em solo duro, na Escola Básica Guilherme Stephens, sendo por isso necessário levar colchão, saco-cama e almofada.

Alimentação: na Cantina da escola almoços e jantares; pequeno almoço no Solo Duro.

Início do OriJúnior: A receção dos jovens será feita Escola Básica Guilherme Stephens, entre as 21h e as 22h do dia 03 de setembro.

Encerramento do OriJúnior: O encerramento será às 18h de dia 06 de setembro (sexta-feira) devendo os pais ou responsáveis pelos jovens estar presentes a esta hora na escola.

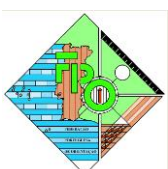
Grupos de Trabalho:

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: 40,00€, sendo que os participantes da Escola Guilherme Stephens têm um desconto de 5,00€. O pagamento tem de ser efetuado para o NIB : 0036 0276 9910 0027 1984 3 (e enviado depois o 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: 31 de agosto

No ato da inscrição deverão ser fornecidos os seguintes dados:

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

Se por algum motivo um inscrito não puder comparecer no estágio, deve informar antecipadamente a FPO disso, sob pena de não lhe ser devolvido 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 que encontra-se disponível no site da federação.

Informações: www.fpo.pt (menu "OriJovem/OriJúnior")

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

