



Buarcos (Figueira da Foz)
19 a 22 de dezembro de 2016

Organização:



Federação Portuguesa de Orientação-FPO



População alvo: jovens, dos 10 aos 18 anos, com ou sem experiência na modalidade

Quando: de 19 a 22 de dezembro de 2016

Onde: Buarcos (Figueira da Foz)

Objetivos: - Criação de amizades, espírito de grupo e autonomia dos jovens

- Iniciação e Formação de Jovens na Modalidade

- Aperfeiçoamento e consolidação de técnicas e estratégias

- Partilha de conhecimentos entre monitores e jovens

Organização: Federação Portuguesa de Orientação-FPO

Gestão das Inscrições: Federação Portuguesa de Orientação-FPO

Apoios: ADM-Ori-Mondego - Associação Desportiva do Mondego, Ori-Mondego

Planificação do estágio: Pedro Nogueira

Alojamento: em solo duro na Escola **EB 23 Infante D. Pedro**, sendo por isso necessário levar esteira (ou colchão), saco-cama e almofada.

Escola EB 23 Infante D. Pedro:

Rua do Rio de Cima

Buarcos

3080-289 Figueira da Foz

Início do Estágio: a receção será entre as 21h00 e as 21h30 do dia 19 de dezembro (segunda-feira), em local a indicar brevemente.

Encerramento do Estágio: o encerramento será às 17h00 do dia 22 de dezembro (quinta-feira), devendo os pais ou responsáveis pelos jovens estar presentes a esta hora no local do alojamento.

Grupos de Trabalho: dada a heterogeneidade de jovens presentes no estágio existem três grupos de treino, que variam em nível de dificuldade técnica e física:

Laranjinhas e Laranjas (Iniciação) | Verdes e Azulados (Formação)

Valor de inscrição: **40,00€*** (pagamento para o IBAN PT50 0035 0441 0004 2596 9302 7, com o envio de seguida do respetivo comprovativo para a FPO). (*) *Os atletas do ADM-Ori Mondego e alunos do Agrupamento de Escolas Figueira do Mar têm um desconto de 5,00€.*



Inclui: estadia (3 noites), alimentação (5 refeições/dia), transporte, seguro desportivo e participação em todas as atividades descritas no programa.

Informações: www.fpo.pt (no menu “OriJovem/OriJunior”)

Informações e inscrições: orijovem@gmail.com

Data limite de inscrições: 09 de dezembro (n.º máximo de inscrições: 45)

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
- Nº SPORTident, se tiver

Anulações: Se por algum motivo um inscrito não puder comparecer no estágio, deve anular a sua inscrição até às 17h00 do dia 16 de dezembro.

Técnicos: quem tiver disponibilidade para ajudar a enquadrar o estágio deve contactar a FPO

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

Material necessário para o estágio:

- Lanterna ou frontal
- Bússola
- Caneta dermatográfica (caneta de acetato)
- Utensílios de higiene pessoal, toalha e chinelos de borracha
- Equipamento de Orientação
- SPORTident (se tiver)*
- Garrafa de água ou Cantil
- Relógio
- Esteira (ou colchão), saco-cama e almofada
- Tigela, copo e colher para o pequeno-almoço

(*) Se o participantes perder o SPORTident “emprestado” pela FPO terá de pagar o valor correspondente ao modelo que lhe foi atribuído (30,00€ ou 37,50€).