

4º OriJovem



ORI-BTT



Inscrições: orijovem@gmail.com

Organização:

Federação Portuguesa de Orientação-FPO

Clube de Lazer Aventura e Competição - CLAC

União Cultural e Desportivo Arripiadense - UCDA



Objetivos:

- Autonomia dos jovens, criação de amizades e espírito de grupo;
- Iniciação, integração e formação de jovens na modalidade;
- Aperfeiçoamento e consolidação de estratégias e técnicas;
- Partilha de conhecimentos entre monitores e jovens;

População alvo:

- ❖ Jovens dos 10 aos 17 anos de idade, com ou sem experiência.

Localização:

- ❖ Entroncamento.

Quando:

- ❖ 5 a 7 de Outubro de 2018.

Inscrições:

- ❖ Federação Portuguesa de Orientação – FPO
 - Correio - e orijovem@gmail.com
 - Site FPO – www.fpo.pt – menu “OriJovem/OriJunior” - Informações
 - Telefone – 244575074
- ❖ Dados inscrição:
 - Nome
 - Data de Nascimento
 - Clube (se tiver)
 - Nº Federado (se tiver)
 - Número do SPORTident (se tiver)
 - Contacto do encarregado de educação ou outro
 - Autorização do Encarregado de educação – no estágio as e os jovens com menos de 18 anos devem de ser portadores de declaração assinada pelo encarregado de educação, a autorizar a participação no estágio (**está disponível no final deste documento**)
- ❖ Valor da inscrição: *
 - Público em geral – 30 €
 - Parceiros Organizadores (CLAC e UCDA) - 25 €

** Inclui: estadia (2 noites), alimentação, transporte para as atividades, seguro desportivo e participação em todas as atividades descritas no programa*
- ❖ Limite de Inscrições:
 - Se por algum motivo um inscrito não puder comparecer no estágio, deve anular a inscrição até às 18:00 horas do dia 03 de outubro de 2018, data limite também para se poderem inscrever.



❖ Pagamentos:

- IBAN PT50 0035 0441 0004 2596 9302 7 - seguido do envio do respetivo comprovativo de pagamento.

Início do estágio:

- ❖ A receção será entre as 10h30 e as 11h00 do dia 05 de Outubro de 2018 (sexta-feira), nas Piscinas Municipais do Entroncamento, situadas no parque Municipal do Bonito.

Encerramento do estágio:

- ❖ O encerramento será às 15H00 do dia 07 de Outubro de 2018 (Domingo), devendo os pais ou responsáveis pelos jovens estar presentes a esta hora no local do alojamento.

Coordenação Técnica:

- ❖ João Lavado – Seleccionador Nacional



Alojamento:

- Em solo duro no Ginásio do CLAC – No edifício sede do Clube, Sendo necessário levar colchão (ou esteira), saco cama e almofada.

Material Necessário:

- Lanterna ou frontal
- Bússola
- Caneta dermatográfica (caneta acetato)
- Utensílios de higiene pessoal, toalha e chinelos de borracha
- Equipamento de Orientação
- SPORTident (se tiver) - Se o participante perder o SPORTident “emprestado” pela FPO terá de pagar o valor correspondente ao modelo que lhe foi atribuído (30€ ou 37,20€ -
- Garrafa de água ou cantil
- Relógio
- Colchão, saco-cama e cantil
- Tigela, copo e colher para o pequeno-almoço
- Bicicleta
- Capacete
- Equipamento para caminhar/correr
- Equipamento de BTT



Programa:

05 de Outubro de 2018

11H00: Chegada dos Jovens

12h30 Almoço

15H00 percurso pedestre de introdução/adaptação á Orientação

19H00 Jantar

20H00 Reunião/Formação técnica com os Jovens

06 de Outubro de 2018

08H45 Pequeno almoço

09H30 Percurso técnico Pedestre

12H30 Almoço

15H00 Percurso técnico de O-BTT com diversos níveis

19H00 Jantar

20H00 Reunião/Formação técnica com os Jovens

07 de Outubro de 2018

08H45 Pequeno almoço

09H30 Percurso tipo Prova, com dois níveis

12H30 Almoço

15H00 Regresso dos Jovens a casa



AUTORIZAÇÃO DO ENCARREGADO DE EDUCAÇÃO



_____ Portador /a do Cartão de Cidadão nº _____, encarregado/a de educação de _____ autorizo/a a participar na atividade “5º OriJovem ORI-BTT” organizada pela Federação Portuguesa de Orientação - FPO no período de 05 a 07 de Outubro de 2018, no Entroncamento.

_____, _____ de _____ de 2018

O/A declarante

(Assinatura do/a Encarregado de Educação)