



APOIOS:



CÂMARA
MUNICIPAL
DE
COIMBRA



Desporto Escolar



BASQUETEBOL
7 - 12 Julho 2008



ASSOCIAÇÃO BASQUETEBOL COIMBRA

Destinatários

Nascidos em 1991, 1992, 1993, 1994, 1995, 1996

Datas/Horário

De 6 a 12 de Julho de 2008

Entrada externos - 7 de Julho, 9.00h Pavilhão Multidesportos

Entrada dos internos - 6 de Julho, 21.00h Escola Alice Gouveia

Todos os dias externos saem às 18.00h

Local

Actividades desportivas:

Pavilhão Multidesportos de Coimbra

Alimentação:

Cantina escolar

Alojamento:

Escola Dr.^a M.^a Alice Gouveia - Casa Branca

Actividades de animação:

Escola Dr.^a M.^a Alice Gouveia - Casa Branca

Material Necessário

- Equipamento desportivo para treinos;
- Sapatilhas para calçar só no pavilhão;
- Fato-de-banho, touca, toalha e chinelos (piscina);
- Material higiene pessoal (banho);
- Roupa prática e confortável para depois dos treinos (internos)
- Saco-cama (internos)
- Mochila ou saco pequeno

Inscrição

A inscrição pode ser feita por correio ou pessoalmente na sede da **Associação de Basquetebol de Coimbra**
Prazo limite: 7 Junho 2008

Valor: 100 Euros (externos)

Inclui: Campo, almoço, lanche, actividades dentro do horário + EQUIPAMENTO e seguro.
120 Euros (externos+actividades de animação)
21.00h - 23.00h

160 Euros (internos)

Inclui: Campo, almoço, lanche, jantar, dormida e pequeno-almoço, ainda actividades de animação + EQUIPAMENTO e seguro.

A participação no Campo implica a aceitação do Regulamento Interno
(enviado juntamente com a confirmação da inscrição)

Número de vagas: 72 (40 internato*)

*Prioridade aos atletas de fora do concelho

PROGRAMA DIÁRIO

- 8H00 Despertar
- 9H30 Basquetebol
- 13H00 Almoço
- 14H00 Outras actividades
- 15H00 Basquetebol
- 18H00 Lanche e saída dos externos
- 20H00 Jantar
- 21H00 Actividades de animação
- 23H30 Deitar

Outras actividades:

- Sessões com Treinadores, Árbitros e Jogadores Seniores.
- Piscina; Jogos de animação; Concursos; outras actividades desportivas.

Coordenação Técnica:

Prof. Norberto Alves

Lic. Educação Física e Desporto, opção Basquetebol

Treinador Nível III (FPB)

Treinador Seniores Masculinos AAC (Proliga)

Currículo

Formador de nível II (FPB) e nível I (ABC)

Treinador de escalões de formação (Olivais, Benfica Vila Real e Selecções Regionais)

Treinador Olivais Futebol Clube (Liga Feminina)

Teinador SL Benfica (Liga Profissional)

Direcção:

Prof.^a Isabel Lemos (Directora do Campo)

Directora Técnica da ABC | Licenciada Educação Física

João Pedro Gonçalves (Director Actividades Basquetebol)

Treinador Adj. Olivais Sen. Fem. I Freq. Lic. Gestão Desporto

João Pedro Lourenço (Director Actividades Animação)

Selec. Distr. Ini Fem. e Treinador Ini. Fem. Sporting Fig.

Licenciado Desporto e Educação Física

Organização/Contactos:

Associação de Basquetebol de Coimbra

Urb. Qta. D. João, lote 2 E/P - 3030 - 014 Coimbra

Tel. 239 701297 | Fax 239 404 770 | Tlm. 968 124 403/5

E-mail: assbc@sapo.pt ou secretaria.coimbra@gmail.com

FICHA DE INSCRIÇÃO (Participante)

Nome: _____ Data de Nascimento: ____/____/____

Morada: _____ Código P. _____ Localidade: _____

Tel./Telem.: _____ B.I. nº _____ Data: ____/____/____ Emissão: _____

Federado Desp. Escolar N.º anos prática E-mail: _____

Assistência Médica: _____ nº _____ Contacto em caso de urgência: _____

Alergias/problemas saúde: _____

Sabe nadar? Bem _____ Razoável _____ Pouco _____

meu filho/filha/ _____, pai/mãe ou tutor, autorizo a inscrição do _____ em regime de externato/externato+ _____

actividades/internato (riscar o que não interessa)

Data e local: _____ Assinatura: _____ B.I. nº _____