

SEDE:
ESCOLA SECUNDÁRIA
TOMÁS CABREIRA - FARO



BP Faro Norte /Sul
Alexandre Pereira

Núcleo de Desporto da Escola Sec. Tomás Cabreira

NÚMERO 2

14/02/2011



NÚCLEO DE DESPORTO DA ESCOLA SECUNDÁRIA TOMÁS CABREIRA

Inscrições Abertas

Escola de Atletismo

A Escola de Atletismo do Núcleo de Desporto da Escola Secundária Tomás Cabreira, tem como objectivos: 1- Criar nos mais jovens o gosto e apetência para a prática do atletismo; 2- Desmistificar o conceito de que atletismo é só corrida longa; 3 - Iniciar os mais novos nas diferentes disciplinas da modalidade; 4 - Detecção de talentos em tempo oportuno; 5 - Aquisição de competências básicas ao nível técnico e motor; 6 - Participação em torneios locais, distritais e nacionais.

Os treinos decorrem ao final do dia no seguinte horário:

Atletas Benjamins (6/11 anos) - Terça - 18h00 - 19h30 e Sábados das 10h00 - 11h30.

Atletas infantis (12/13 anos) 2/3 vezes por semana - Segundas - 18h00 - 19h30; Quartas - 16h30 - 18h00; Sextas - 18h00 - 19h30 ou Sábados - 10h00 - 11h30.

Atletas Iniciados (14/15 anos) 3/4 vezes por semana.

Atletas Juvenis 4/5 vezes por semana.

Atletas Juniores e Séniores 6 vezes por semana.

1. Horários

Segunda, Terça, Quinta e Sexta - 18h00 - 19h30



Quarta - 16h30 - 18h00

Sábado - 10h00 - 11h30

Estes horários poderão ser ajustados de acordo com os horários escolares dos atletas.

2. Inscrição

Para a inscrição na escola é necessário o seguinte:

- Ficha de inscrição do clube
- Fotocópia B.I atleta
- Fotocópia B.I Encarregado de Educação

Posteriormente, para a inscrição junto da Associação de Atletismo do

Algarve, serão fornecidos os formulários necessários.

3. Pagamentos

Alunos abrangidos pelo apoio da Acção Social Escolar A ou 1 (SASE A ou 1): **Frequência Gratuita.**

Os restantes: No acto da inscrição será pedido o valor da inscrição e uma pretação da mensalidade.

Inscrição - 10€

Mensalidade - 2,5€ / mês

(pagos ao longo da época desportiva em 3 prestações de 10€).

4. Informações

Prof. **Luís Mascarenhas**, ou a Monitora **Ana Margarete**, nos horários de treino na Pista de Atletismo de Faro, em frente às Piscinas Municipais de Faro.

Telemóvel - 91 475 15 45

Email - ndestc@gmail.com



Atletas do Núcleo de Desporto da Escola Sec. Tomás Cabreira, convocados para Concentração de Marcha Atlética pela Associação de Atletismo do Algarve

No passado Sábado de manhã, 05 de Fevereiro, teve lugar a 1ª Concentração de Marcha / Programa de Acompanhamento de Novos Talentos da Associação de Atletismo do Algarve, que decorreu na Pista do Hotel Alfamar – Aldeia das Açoteias. Estiveram presentes 22 atletas de 4 Clubes do Algarve e 5 treinadores, e os Juizes da Associação de Atletismo do Algarve. Do NDESTC, estiveram presentes a Rita Geirinhas, Luis Simas, Grigore Navin e Filipa Ferreira. A Acção teve uma componente teórica e outra prática com os jovens que se têm evidenciado na disciplina.



Campeonato Regional de Marcha Atlética - Estrada

Grigore Navin - Campeão Regional de Juvenis

Filipa Ferreira - Campeã Regional de Juvenis

Rita Geirinhas - Vice-Campeã Regional de Infantis

Realizou-se no passado dia 12 de Fevereiro de 2011 em Pechão o Campeonato Regional de Marcha em Estrada, com os atletas do Núcleo a alcançarem 2 títulos de Campeões Regionais e 1 de Vice-Campeão.

O atleta Grigore Navin, na sua segunda prova de marcha consegue ser Campeão Regional e colocar o seu recorde pessoal dos 5000m marcha, abaixo dos 29 minutos. No escalão de Infantis, Rita Geirinhas, chega ao segundo lugar, também com um novo recorde pessoal nos 2000m - 11'.44". A Júnior - Bianca Sousa, bateu igualmente o seu recorde pessoal nos 5000m.

A atleta Filipa Ferreira, que desde o dia 18 de Janeiro tem andado sob um estado gripal, que limita imenso a sua preparação e participação nas provas, alcançou o 1º lugar nos 5000m, com o tempo (27'.44") que poderá indicar que o pior já passou.

6º GP de Marcha Atlética de Pechão Estrada

3ª Equipa da Geral



BP Faro Norte /Sul
Alexandre Pereira



Constituição dos Órgãos Sociais do Clube

Assembleia Geral

Presidente - Joaquim Teixeira
Secretário - António João Pereira
Secretário - Maria de Fátima Camões

Direcção

Presidente - Luis Mascarenhas
Vice-Presidente - Ana C. Bacalhau Coelho
Tesoureiro - Mónica Alexandra Martins

Conselho Fiscal

Presidente - António Manuel Condessa
Vogal - Clara Maria Calapez
Vogal - Célia Alexandra Rodrigues

Manutenção Física

Aulas de Manutenção não competitiva, ao dispor dos associados todos os dias na Pista de Atletismo de Faro.



Próximos eventos Fevereiro:

Dia 19 - Torneio Regional de Velocidade e de Lançamentos - Faro

Dia 19 - Camp. Nacional de Marcha Atlética - Estrada, na Batalha.

Na corrida de 1000m, o NDESTC alcançou três 4º lugares, 2 no escalão de Benjamins B - Gonçalo Sousa e Margarida Mascarenhas e 1 no escalão de Infantis Femininos - Inês Costa. Nos Iniciados masculinos, Miguel Mascarenhas ficou na 2ª posição e Pedro Geirinhas na 3ª. É de salientar ainda, as boas prestações dos estreantes, Nikita Sova, Hugo Valente e Beatriz Silva, que participaram pela primeira vez numa competição. Estão todos de **PARABENS!!**

