

SEDE:
ESCOLA SECUNDÁRIA
TOMÁS CABREIRA - FARO



Núcleo de Desporto da

Escola Sec. Tomás Cabreira

VOLUME I, EDIÇÃO I

07/02/2011



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



**Filipa Ferreira eleita Atleta
Revelação no mês de Dezembro, pela
Associação de Atletismo do Algarve**



Torneio "Algarve Eclético"

Após a 1ª Jornada deste torneio que se realizou na pista de Faro, no escalão de Infantis - Luis Simas e no escalão de Iniciados - Pedro Geirinhas, encontram-se na 2º posição.



Campeonato Nacional de Juniores de Pista Coberta

Realizou-se no passado fim-de-semana de 22 e 23 de Janeiro de 2011 na Expocentro de Pombal o Campeonato Nacional de Juniores em Pista Coberta tendo a atleta Filipa Ferreira (NDESTC) ficado à beira do pódio, na 4ª posição, nos 3.000 Metros Marcha.

2.ª Taça A.A.Algarve de Marcha Atlética - Troféu Ana Cabecinha

3ª Equipa

Apesar das más condições climatéricas que se fizeram sentir no dia 22 de Janeiro, no Estádio do Algarve, o Núcleo de Desporto da Escola Secundária Tomás Cabreira, classificou-se por equipas na 3º posição. Fruto das boas prestações, de todos os atletas que participaram nesta prova de marcha, que souberam superar as suas dificuldades e as más condições climatéricas.

Troféu Gualdino Viegas - Pista de Faro

Colectivamente o NDESTC, classificou-se na 8ª posição, num total de 21 equipas. Individualmente, temos a destacar a evolução do velocista Pedro Santos (sénior) que conseguiu bater nos 60 e 200m os seus recordes pessoais.. Temos esperança que nos Regionais de Absolutos consiga um dos lugares do pódio nos 100 e 200m.

Campeonato Regional de Corta Mato Curto - Açoteias/Albufeira

6 de Fevereiro

A equipa de Iniciados Masculinos (Pedro Geirinhas, João Cunha, Miguel Mascarenhas e Sebastião Cruz) alcança a 3ª posição colectiva no Campeonato Regional de corta Mato Curto realizado na tradicional pista de cross das Açoteias. A atleta Filipa Ferreira no escalão de Juvenis ficou na 4ª posição.

1ª JORNADA TORNEIO "VAMOS BRINCAR AO ATLETISMO"

Após a 1ª Jornada do torneio "Vamos Brincar ao Atletismo", a Benjamin B - Margarida Mascarenhas, encontra-se na 1ª posição com 54 pontos. Parabens!

Manutenção Física

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



Próximos eventos Fevereiro:

Dia 12 - Campeonato Regional de Marcha Atlética e 6º Jovem Mil em Pechão.

Dia 19 - Taça FPA de Marcha Atlética na Batalha.

Patrocinadores Oficiais



**BP Faro Norte /Sul
Alexandre Pereira**



Casa dos colchões
..para o seu bem estar!

