

ANO LETIVO 2014/2015

CANOAGEM/VELA:

Clube Caravanismo e
Clube Naval Sesimbra
Lagoa de Albufeira e
Sesimbra

Profª Teresa Albuquerque
tralbuquerque@gmail.com
(AE Michell Giacometti)

**REMO: ATIVIDADES
PONTUAIS**

CN Barreirense e
Lagoa Albufeira

Prof. José Rocha
joserocha.edeps@gmail.com
(AE Palmela)

VELA:

Clube Náutico Almada
em Cacilhas

Profª Cristina Domingos
anadomingos@aecaparica.pt
(EB Costa Caparica)

SURF:

Clube Internacional Surf
na Praia do CDS

Prof. Carlos Milho
carlosmilho.esag@gmail.com
(ES António Gedeão)

ATIVIDADES NÁUTICAS:

O Centro de Formação Desportiva Náuticas da Península de Setúbal recebe alunos de várias escolas ao longo do Ano Letivo 2014/2015.

Os Professores, crianças e jovens do Ensino Básico e Secundário podem experimentar as nossas modalidades náuticas– Canoagem; Surf; Remo e Vela.

Façam as vossas marcações para Centro de Formação Desportiva Náuticas da Península de Setúbal.

O Centro de Formação Atividades Náuticas da Península de Setúbal, ao longo do Ano Letivo 2014/2015, dispõe das seguintes valências:

- 1– Atividades regulares
- 2– Experiências/batismos
- 3– Férias ativas
- 4– Formação de Alunos/Professores

SEDE: Agrupamento de Escolas
da CAPARICA

Coordenadora:
Profª Cristina Domingos



**CENTRO DE FORMAÇÃO
DESPORTIVA NÁUTICAS
PENÍNSULA DE SETÚBAL**

**SEDE: Agrupamento de
Escolas da CAPARICA**



Os Centros de Formação Desportiva (CFD) organizam-se em torno de 4 eixos fundamentais:

- 1. Atividades de iniciação e aperfeiçoamento desportivo que favoreçam a generalização da prática de atividades desportivas, cuja especificidade técnica exija condições especiais, como é o caso das modalidades náuticas, de ar livre e de exploração da natureza, entre outras;**
- 2. Atividades que favoreçam a formação especializada de alunos com interesse, capacidades e aptidões excepcionais para a prática de uma modalidade ou disciplina desportiva;**
- 3. Formação e certificação de professores nas vertentes teóricas e práticas de uma modalidade ou disciplina desportiva;**
- 4. Atividades de curta duração que incidam fundamentalmente em estágios de formação desportiva especializada, durante as interrupções letivas.**



Agrupamento de Escolas António Gedeão



MODALIDADES

A **Vela** é um desporto náutico em que embarcações se deslocam na água através da força do vento.

O **Surf** é uma prática desportiva efetuada na superfície da água, considerado um desporto radical e caracterizado pelo grau de dificuldade dos movimentos executados pelo surfista ao deslizar em pé na prancha de surf.

A **Canoagem** é um desporto que tanto se disputa em águas tranquilas como bravias e há dois tipos de embarcação, a canoa e o caiaque

O **Remo** é um desporto de velocidade, praticado em barcos estreitos, nos quais os atletas se sentam sobre bancos móveis, de costas voltadas para a meta, usando os braços, tronco e pernas para mover o barco o mais depressa possível, em geral em rios, lagoas, enseadas ou pistas construídas especialmente para a prática da modalidade, mas por vezes também no mar.



Escola Básica da Costa da Caparica
Tel: 212912665
Telm: 96 3412719
Correio electrónico:
anadomingos@aecaparica.pt

SITE: <http://www.aecaparica.pt>
<http://www.aecaparica.pt/centro-de-formacao-desportiva-de-atividades-nauticas/>