

# 3º OriJovem BTT – Sesimbra

## INFORMAÇÕES

### APRESENTAÇÃO

Aproveitando o período das férias grandes, e na sequência dos dois primeiros OriJovens BTT organizados na região de Torres Vedras e Santo André, a FPO decidiu continuar a promover a organização de estágios de Orientação em BTT para jovens, com uma estrutura semelhante ao OriJovem que vem a ser desenvolvido com sucesso na promoção da Orientação Pedestre.

### INFORMAÇÕES

**População alvo:** 12 aos 18 anos, com ou sem experiência na modalidade

**Quando:** de 29 Agosto (18h00) a 01 de Setembro (18h00) de 2011

**Onde:** Sesimbra

**Objectivos:**

- Criação de amizades, espírito de grupo e autonomia dos jovens
- Iniciação/Aprendizagem, Aperfeiçoamento e Desenvolvimento técnico em Orientação
- Partilha de conhecimentos entre monitores e jovens

**Organização:** Federação Portuguesa de Orientação (FPO)

**Coordenação do estágio:** António Aires (960236011)

**Planificação técnica:** Joaquim Patrício

**Gestão de inscrições:** Serviços FPO

**Apoios:** Grupo Desportivo União Azóia  
Câmara Municipal de Sesimbra  
Junta de Freguesia do Castelo

**Alojamento:** Sede do Grupo Desportivo União Azóia. Os jovens ficarão instalados em solo duro, tendo por isso que levar colchão, saco-cama e almofada.

**Alimentação:** As refeições serão servidas em refeitório ou restaurante.

**Início do OriJovem:** A recepção dos jovens será feita na sede do Grupo Desportivo União Azóia entre as 18h e as 19h30 de dia 29 de Agosto (2ªfeira). Será servido jantar na 2ª feira a partir das 19h30. É essencial que os jovens não cheguem depois desta hora de forma a poderem integrar as actividades desde o seu início.

**Encerramento do OriJovem:** O encerramento será às 18h de dia 1 de Setembro (5ªfeira) devendo os pais ou responsáveis pelos jovens estar presentes a esta hora na referida escola.

### **Grupos de Trabalho:**

Dada a heterogeneidade de jovens presentes no estágio existem grupos de treino, que variam em nível de dificuldade técnica e física:

**Laranjas (Iniciação/Aprendizagem) | Verdes (Aperfeiçoamento) | Azulados (Desenvolvimento)**

De salientar que para aqueles que não conhecem a Orientação em BTT, os OriJovens são uma ótima forma de começar a praticar a modalidade. Para os que já fazem Orientação e querem evoluir, podem encontrar nos OriJovens as condições ideais para atingir esses objectivos.

## **INSCRIÇÕES**

### **Valor de inscrição: 30€**

Inclui estadia em solo duro (3 noites), alimentação (5 refeições/dia), transporte, uma t-shirt, seguro desportivo e tudo o que se encontra descrito no programa.

**Inscrições:** [orijovembtt@gmail.com](mailto:orijovembtt@gmail.com) / 261819171 / 919919801 (Serviços FPO)

### **Data limite de inscrições: 18 de Agosto**

No acto da inscrição deverão ser fornecidos os seguintes dados:

- Nome
- Data de Nascimento
- Contacto do encarregado de educação ou outro
- Nº de federado e Clube
- Experiência na Orientação (nº de provas realizadas, anos de prática, nº OriJovens, etc)

Se por algum motivo, um inscrito não puder comparecer no estágio, deve cancelar a sua inscrição até 26 de Agosto, sob pena de ter de pagar o valor da inscrição.

**Participantes:** É condição para participar neste estágio ser federado na Federação Portuguesa de Orientação, excepto se for a primeira participação num OriJovem [a filiação de jovens - através de um clube - até aos 20 anos na FPO é gratuita, bastando preencher e enviar para a FPO o documento de filiação (disponível no site FPO)].

**Autorização do Encarregado de Educação:** Os jovens com menos de 18 anos, devem trazer para o estágio uma declaração a autorizar a sua participação no estágio, que tem de ser assinada pelo encarregado de educação.

### **Informações:**

[www.fpo.pt](http://www.fpo.pt) (no menu OriJovem/OriJunior) ou 960236011 (António Aires)

## **MATERIAL NECESSÁRIO PARA O ESTÁGIO:**

- BTT (em bom estado) e Capacete
  - Porta-mapas para BTT \*
  - Bússola para porta-mapas \*
  - Kit de reparação (bomba e câmara de ar) e bidon para água
  - Frontal (lanterna para a cabeça)
  - Marcador de acetato
  - Equipamento desportivo adequado para BTT
  - Protector solar
  - Garrafa de água 1,5L
  - Relógio
  - Saco-cama + Esteira ou colchão
  - Tigela e colher para o pequeno-almoço
- \* Em caso de dificuldade na sua aquisição, é possível encomendar estes acessórios no acto da inscrição.