



Apartado 416 »2416-904 Leiria
Mail: aaleiria@mail.telepac.pt



Época 2007 / 2008

COMUNICADO OFICIAL N.º 18

Distribuição: Clubes Filados, FAP, Associações Regionais, Quadros de Arbitragem e Comunicação Social.

1. DIRECÇÃO

1.1 SEGURO DE ACIDENTES PESSOAIS - PRÁTICA DESPORTIVA, ÉPOCA 2007/2008

AXA - APÓLICE 001023004823

VALOR FRANQUIA» 175.00 €

1.2 EXAMES MÉDICOS DESPORTIVOS

A Direcção da Associação de Andebol de Leiria informa a todos os interessados que estabeleceu um protocolo com a **BODYWORKCLINIC**, Clínica especializada em Medicina Desportiva que conta com a colaboração de Fisioterapeutas, Nutricionistas, Prof. De Educação Física, Enfermeiros, Psicólogos, Ortopedistas, Fisiatras e Médicos Graduados em Medicina Desportiva.

Para mais informações, contactar a Associação de Andebol de Leiria.

Apoio:



**CLÁSSICO
DESPORTIVO**
MARINHA GRANDE



Apartado 416 »2416-904 Leiria
Mail: aaleiria@mail.telepac.pt



2. DESPORTIVO

2.1 AGENDA

DATA	ACTIVIDADE	LOCAL
30.01.08	Data limite inscrição 2ª fase PA 90 - Camp.Reg.Inic.Fem	Sede AAL
03.02.08	Data limite inscrição 2ª fase PA 100 - Camp.Reg.Inf.Fem.	Sede AAL
04/02/2008	"IV Torneio 12 horas" inicio 12.00 H	Juve Lis
15/17.02.08	PO.13 - Campeonato Nac. Iniciados Fem. - 1ª Div. - 2º Fase Z1	Juve Lis
17.02.08	Festand - Organização - CC ANSIÃO	Ansião
22/24.02.08	PO.13 - Campeonato Nac. Iniciados Fem. - 1ª Div. - 2º Fase Z2	Juve Lis
16/20.03.08	Nazaré Cup 2008	Nazaré
17/21.03.08	Torneio Internacional JUEVE 2008	Leiria

2.2 JOGOS NACIONAIS EM LEIRIA

Consultar www.fpa.pt - Aqui Perto - seleccionar o Distrito de Leiria e depois o concelho que pretender.

2.3 ALTERAÇÕES DE JOGOS

PROVA	JOGO	DIA	HORA	LOCAL	MOTIVO
PA.90	Juve Lis / Ansião	17.02.08	16.30	Juve Lis	Marcação jogos Nacionais

Apoio:



**CLÁSSICO
DESPORTIVO**
MARINHA GRANDE



Apartado 416 »2416-904 Leiria
Mail: aaleiria@mail.telepac.pt



(Desportivo / Continuação)

2.4 IV TORNEIO 12 HORAS ANDEBOL

inscreve-te

DATA: 04 FEVEREIRO 2008

LOCAL: Pavilhão da Juventude Desportiva do Lis - São Romão

ORGANIZAÇÃO: Juventude Desportiva do Lis

Em anexo, prospecto / ficha de inscrição

3. TÉCNICO

3.1 SELECÇÃO REGIONAL INICIADOS MASCULINOS

Convocam-se os atletas abaixo indicado, para o treino a realizar no próximo dia **31 de Janeiro de 2008**,
5ª Feira no Pavilhão da Gândara, das 18.30/20.00 Horas.

CONVOCATÓRIA:

NOME	CLUBE
Francisco Rolo	Atlético Clube da Sismaria
João Seça	Atlético Clube da Sismaria
Pedro Rosa	Atlético Clube da Sismaria
Rui Gomes	Atlético Clube da Sismaria
Duarte Carregueiro	Atlético Clube da Sismaria
David Alecrim	Atlético Clube da Sismaria
João Marques	Atlético Clube da Sismaria
Tomás Alcobia	Atlético Clube da Sismaria
Bruno Gabriel	Atlético Clube da Sismaria
Carlos Simão	Atlético Clube da Sismaria
Ivo	Atlético Clube da Sismaria
Eduardo Andrade	Juventude Desportiva do Lis

Apoio:



**CLÁSSICO
DESPORTIVO**
MARINHA GRANDE



Apartado 416 »2416-904 Leiria
Mail: aaleiria@mail.telepac.pt



(Técnico / Continuação)

Francisco Grosso	Juventude Desportiva do Lis
Manuel Quitéria	Juventude Desportiva do Lis
Filipe João	Sir 1º de Maio
Nuno Neto	Sir 1º de Maio
Marco Santos	Cister Sport de Alcobaça
Tomé Figueiredo	Cister Sport de Alcobaça

Nota: Os atletas devem ser portadores de equipamento de treino.

3.2 TORNEIO NACIONAL SELECÇÕES REGIONAIS

JOGO

DATA: 02 FEVEREIRO 2008

JOGO: *SELECÇÃO REGIONAL LEIRIA / SELECÇÃO REGIONAL ALENTEJO*

HORA JOGO: 15.00 HORAS

LOCAL: PAVILHÃO GÂNDARA

CONVOCATÓRIA: Divulgada após treino de 31.01.08

CONCENTRAÇÃO: 14.00 HORAS - PAV. GÂNDARA

Vem apoiar a nossa SELECÇÃO

Nota: Os atletas devem ser portadores de cartão CIPA e BI.

4. ARBITRAGEM

4.1 ESCOLA DE ARBITRAGEM, ÉPOCA 2007/2008

Foram realizadas conforme planeado 2 acções integradas no plano de Formação da Escola de Arbitragem (Mira de Aire e Alcobaça)

Apoio:



**CLÁSSICO
DESPORTIVO**
MARINHA GRANDE



Apartado 416 »2416-904 Leiria
Mail: aaleiria@mail.telepac.pt



(Arbitragem / Continuação)

ACÇÃO 4 » MIRA DE AIRE

DATA: 25/01/2008

HORARIO: 21.00/23.30 H

Nº CANDIDATOS: 12

CLUBES REPRESENTADOS: Mirense AC

TEMAS DA ACÇÃO: "Regras"

LOCAL: Escola Sec. Mira de Aire

PRELECTOR: Fernando Humberto

PRÓXIMA ACÇÃO: 08/02/2008

HORARIO: 21.30/23.30 H

LOCAL: Escola Sec. Mira de Aire

ACÇÃO 5 » ALCobaça

DATA: 26/01/2008

HORARIO: 10.00/12.00 H

Nº CANDIDATOS: 4

CLUBES REPRESENTADOS: Cister SA

TEMAS DA ACÇÃO: "Regras"

LOCAL: Pav. Escola D. Pedro I

PRELECTOR: Fernando Humberto

PRÓXIMA ACÇÃO: 09/02/2008

HORARIO: 10.00/12.00 H

LOCAL: Pav. Escola D. Pedro I

Leiria, 29 de Janeiro de 2008

A Direcção

Apoio:



**CLÁSSICO
DESPORTIVO**
MARINHA GRANDE

12 horas

Andebol

Infantis

Iniciados

Juvenis

Equipas Mistas

4 Fevereiro

Juve-2008

Regulamento

- Preencha correctamente a Ficha de Inscrição com letra maiúscula e legível;
- As inscrições serão aceites por ordem de chegada e só serão consideradas válidas acompanhadas do respectivo pagamento;
- Estas deverão dar entrada nos nossos serviços 3 dias antes da realização do workshop. Após esta data só aceitaremos inscrições no dia do workshop caso ainda existam vagas;
- Haverá um limite máximo de 30 inscrições por workshop e um limite mínimo de 10 inscrições por workshop;
- Caso não exista um número de inscrições superior ou igual a 10 o workshop não se realiza sendo devolvido a taxa de inscrição às pessoas já inscritas;
- Não se aceitam inscrições por telefone ou fax;
- Deve confirmar a sua inscrição após uma semana de envio;
- A inscrição em 3 workshops dá um desconto de 10%, para quem se inscrever em todos os workshops terá um desconto de 20%;
- Técnicos da ASAL têm um desconto de 15% em 3 workshops e 25% de desconto caso se inscrevam em todos os workshops;
- A inscrição inclui:
 - Participação no workshop indicado na ficha de inscrição;
 - Documentação e certificado de participação (este apenas será entregue no fim da formação, após contra entrega da ficha de avaliação);
- Para as componentes práticas deverá vir equipado com fato de banho, chinelos, touca e toalha, caso contrário não terá acesso ao cais da piscina;
- A organização reserva-se no direito de alterar alguma actividade, caso aconteça algum imprevisto, com o devido aviso às pessoas inscritas;
- Em caso de desistência não será devolvido o valor da inscrição;
- Caso necessite de recibo deve solicitar na ficha de inscrição;
- É expressamente proibido a gravação áudio e visual dos workshops;
- Não são permitidos acompanhantes;
- A organização não se responsabiliza por qualquer lesão que ocorra durante o evento;

Credenciamento

- Obrigatório apresentar BI.

Caros Amigos!

Nos últimos 5 anos vários estudos demonstraram que a esperança média de vida aumentou. Com este aumento surgem também novas doenças e com elas a necessidade de prevenção e retardamento da evolução destas enfermidades.

O Académico de Leiria tem como mote para o ano de 2008 "Melhor Qualidade de Vida".

É fundamental sensibilizar a população para a aquisição de hábitos de vida saudáveis, investindo numa melhor qualidade de vida através da actividade física.

As actividades aquáticas têm sido das actividades físicas mais recomendadas pela comunidade médica, como meio terapêutico de prevenção e tratamento de várias doenças.

Este 2º Ciclo de Workshops tem como objectivo enriquecer os conhecimentos teóricos e práticos de todos os profissionais que intervêm ou pretendam intervir na área das actividades aquáticas.

Invistamos na produção de conhecimento, para mais e melhor Qualidade de Vida da nossa população...

A todos saudações aquáticas!

Nuno Santos
Janeiro 2008



Enviar inscrições para:



Associação de Solidariedade
Académico de Leiria

Rua Machado dos Santos, N° 8 A
2410-128 Leiria

Portugal

Telf: 244 816 690

Tim: 919 185 365

Nuno Santos: 917 733 881

workshopsasal@sapo.pt

www.workshopsasal.com.sapo.pt

Ciclo de Workshops 2008

Académico de Leiria



"Melhor Qualidade de Vida"

Fevereiro / Março

Centro Desportivo
Belo Horizonte

Auditório do Instituto
Português da
Juventude



Nome:	Profissão:
Data de Nascimento:	Nº Contribuinte:
Morada:	
Código Postal:	E-mail:
Modo de Pagamento:	
<input type="checkbox"/> Cheque nº _____ do Banco _____	<input type="checkbox"/> Vale Postal nº _____
<input type="checkbox"/> No valor de _____ €	<input type="checkbox"/> Numerário
<input type="checkbox"/> Pretendo Recibo do valor da inscrição.	
<input type="checkbox"/> Não autorizo a utilização dos meus dados para fins de divulgação de futuros eventos organizados pela ASAL.	

Workshops:

- ☐ Coordenação Técnica e Pedagógica de uma Escola de Natação [20€]
- ☐ Hidro Sénior [25€]
- ☐ Como Rentabilizar uma Piscina [20€]
- ☐ Hidro em Circuito [25€]
- ☐ Organização e Gestão de Eventos Desportivos [20€]
- ☐ Core abdominal [25€]

Programa

Dia 24 de Fevereiro - Domingo

Hidro Sénior - A realidade das nossas turmas, principais necessidades, aspectos mais relevantes a trabalhar. Em busca da socialização, como tornar as aulas mais divertidas e funcionais - Dr. Ricardo Maia

T_9:30 às 10:45 - P_11:15 às 12:30

Preço: 25 €

Coordenação Técnica e Pedagógica de uma Escola de Natação - Modelo da ASAL - Organizar para melhor servir; estratégias de organização de uma escola de natação. - Prof. João Paulo Fróis

T_14:30 às 16:30

Preço: 20 €



Dia 16 de Março - Domingo

Como Rentabilizar uma Piscina - Dr. Miguel Pachêco

T_10:30 às 12:30

Preço: 20 €

Hidro em Circuito - Trabalho diferenciado em circuito. Uso de Materiais, trabalho localizado, uso da aceleração, treino cardiovascular. Variar as aulas, usar a imaginação para ser diferente. - Dr. Ricardo Maia

T_14:30 às 16:00 - P_16:30 às 18:00

Preço: 25 €



Dia 30 de Março - Domingo

Organização e Gestão de Eventos Desportivos - Dr. Miguel Pacheco

T_10:30 às 12:30

Preço: 20 €

Core abdominal - Trabalho dirigido para a correcção postural, visando um reforço de todo core abdominal - Dr. Ricardo Maia

T_14:30 às 16:00 - P_16:30 às 18:00

Preço: 25 €

Locais

Teóricas: Auditório do Instituto Português da Juventude

Práticas: Centro Desportivo Belo Horizonte

Formadores

Dr. Miguel Pacheco



Licenciado em Ciências do Desporto - Menção Gestão do Desporto - FMH/UTL

Docente dos Cursos de Instrutor e Instrutor Avançado e de Especialização CEFAD

Auditor da Qualidade Certificado

Coordenador Pedagógico do CEFAD Formação Profissional



Dr. Ricardo Maia

Licenciado em Educação Física e Desporto pelo Ismaí (opção Fitness)

Instrutor Credenciado pela Aquatic Exercise Association

Responsável Técnico Matosinhos Sport

Formador de Actividades Aquáticas

Instrutor de Fitness Aquático nos Ginásios: Bfree; Shape II e Exercícios.

Presenter Nacional e Internacional

Prof. João Paulo Fróis



Coordenador geral da secção de Natação e Actividades Aquáticas da ASAL;

Coordenador da Competição da ASAL;

Treinador Principal da Equipa Absoluta de Natação da ASAL;

Formador no curso de Técnicos 1º Nível da FPN organizado pela Associação de Natação do Distrito de Leiria.

Vem Jogar Andebol



NA JUVE



Apoios:



Mais Informações

Contactar:

JUVE

Telef: 244 822 593

Telm: 912 260 318

Fax: 244 834 879

Telm:

919 119 732
917 836 387

**IV TORNEIO
"12HORAS"
ANDEBOL JOVEM**



Data: 04/02/2008

Hora: 12:00

**Pavilhão Desportivo da
JUVE**

	Nome	Dat. Nas.
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		