



Férias Desportivas Verão 2023 ANL - Semana de 17 a 21 Julho / Associação Naval de Lisboa © Luís Fraguas



Associação Naval de Lisboa
Fundada em 1836

SECÇÃO
VELA



FÉRIAS DESPORTIVAS DE VERÃO



Doca de Belém, Lisboa



Associação Naval de Lisboa

Fundada em 1856

ÍNDICE

- 3** Informação de Férias Desportivas
- 4** Formato e treinadores
- 5** Requisitos e horário
- 6** Alimentação
- 7** Embarcações
- 8** Equipamentos
- 9** Preços e Descontos
- 10** Processo de Inscrição
- 11** Contactos

FÉRIAS DESPORTIVAS

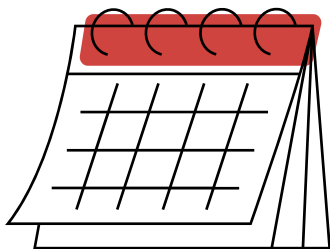
> INFORMAÇÃO GERAL

As Férias Desportivas são pensadas para ocupar os tempos livres da pausa letiva de verão num compromisso entre diversão e aprendizagem para crianças e jovens. Estão programados dias inteiros ao ar livre cuja atividade tem os seguintes objetivos:

- Familiarização ao meio náutico e aquático na modalidade de Vela;
- Entendimento do funcionamento básico de uma embarcação à Vela e respetivas regras de segurança;
- Aprendizagem base da nomenclatura e cultura náutica;
- Velejar em barco à vela

No final, cada criança recebe um diploma.

Haverá ainda possibilidade de aquisição de fotografias das Férias Desportivas.



> Datas

As Férias Desportivas da Associação Naval de Lisboa decorrem durante **12 semanas, de segunda a sexta-feira** entre **17 de junho e 06 de setembro de 2024** desde que haja número mínimo de inscritos.

A única exceção será a semana de 12 a 16 de agosto, que por ter um dia santo, terá apenas a duração de quatro dias úteis.

Os interessados devem **inscrever-se através do formulário online** disponível em: www.anl.pt/Inscrições



TREINADORES

> Recursos certificados

A escola de Vela da ANL está certificada pela Federação Portuguesa de Vela com a menção "Gold", (nível mais elevado de certificação), garantindo a qualidade da nossa atividade.

Todos os nossos treinadores são detentores de Título Profissional de Treinador de Desporto - Vela, emitido pelo Instituto Português do Desporto e Juventude.

> Formato

Estas aulas vão permitir a adaptação ao meio aquático em embarcações à vela e o desenvolvimento de diferentes níveis de vela lúdica. Dependendo das condições, as crianças, podem conseguir velejar sozinhas no barco após as férias desportivas.

Os treinadores explicam previamente como aparelhar o barco, com o leme, patilhão e vela. **Após serem abordados os cuidados de segurança, é hora de entrar na água! A turma está sempre acompanhada pelo treinador** que indica e mostra o que têm que fazer e garante a segurança de todos.

No final todos regressam a terra mas a atividade ainda não terminou! Falta desaparelhar e lavar os barcos, havendo aqui mais um momento de conhecimento e convívio.

Está contemplada paragem para os participantes almoçarem.



REQUISITOS E HORÁRIO

> Requisitos para a inscrição

As férias realizam-se com um mínimo de 5 velejadores, sendo que a idade mínima é de 6 anos. A criança tem que saber nadar e a inscrição deve ser feita online no site da ANL.



A partir dos
6 anos



Estar confortável
no meio aquático



Fazer
inscrição *online*

> Horário

A atividade decorre das **10h00 às 17h00**.

Existe a possibilidade de optar pelo horário alargado: 09h00 às 18h00, através de um pagamento adicional.

> Localização das atividades



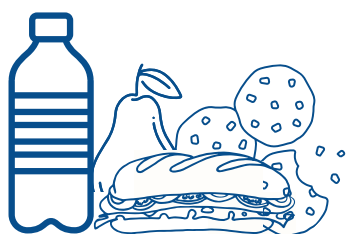
Doca de Belém, 1400-038, Lisboa



ALIMENTAÇÃO

> Lanche de Mar

A alimentação não se encontra incluída no valor das férias desportivas, tornando-se assim opcional. Os interessados podem selecionar esta opção no ato da inscrição.



Lanche de Mar

Sumo

Água

Barra de Cereais

Sandes, Panado, Merenda ou Hamburger

Bolachas

Fruta

Nota: exemplo de lanche



! Se a criança/jovem tiver alguma restrição alimentar, deverá indicar no formulário de inscrição.

EMBARCAÇÕES

> Embarcações

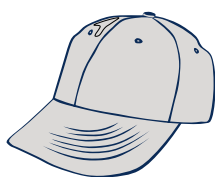
As embarcações são distribuídas em função da idade, experiência e estatura da criança:

- Optimist, Laser, Laser Bahia, Laser Pico, Omega, Raquero e Dingues.

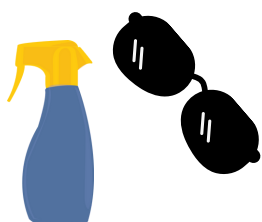


EQUIPAMENTO

Cada criança deverá trazer:



Chapéu para o sol



Protetor solar e óculos



Botas de neoprene, calçado náutico ou outro calçado velho que se possa molhar



Toalha e chinelos



Muda de Roupa



Fato de banho / calções de banho



Garrafa de água

A Associação Naval de Lisboa disponibiliza:



Colete de flutuação e fato de neoprene



Corta-vento

PREÇOS

> Preços e Descontos

Valores	Desconto	Sócio	Não Sócio*
Valor semana (5 dias)	-	160,00€	196,00€*
2º Familiar direto	10%	144,00€	180,00€
2ª Semana de férias	10%	144,00€	144,00€
Grupos (3 ou mais)	15%	136,00€	172,00€

Valores	Desconto	Sócio	Não Sócio*
Valor de 4 dias (12 /16 agosto)	-	130,00€	166,00€*
2º Familiar direto	10%	117,00€	153,00€
Grupos (3 ou mais)	15%	110,50€	146,50€

Os descontos não são acumuláveis.

*Não sócios podem frequentar as Férias Desportivas mediante o pagamento de 3 quotas mensais de 12€. Preços de Não Sócios acima indicados já incluem as 3 quotas mensais.

EXTRAS (valores semanais)

Lanche de Mar	35,00€ (28,00€ por 4 dias)
Horário Alargado*	20,00€

Lanche de Mar: necessita de marcação prévia (no formulário de inscrição).

Horário alargado*: mínimo 5 velejadores e será no período entre as 09h00 às 18h00.

INSCRIÇÃO

> Processo de Inscrição

A inscrição deverá ser feita online, no link abaixo e o pagamento feito para o IBAN.

IBAN: PT50 0033 0000 0000 5873 2540 5

No caso de grupos (mínimo de 3), todos os inscritos têm de estar presentes na mesma semana. Cada velejador deverá efetuar a respetiva inscrição e indicar o nome do grupo.

<https://anl.pt/vela/ferias-desportivas-2024/#inscrio>



Após efetuar a inscrição, receberá um e-mail de confirmação. Só será contactado(a) pela secretaria da ANL, caso seja necessária alguma informação adicional.

Realçamos que, em caso de desistência, a ANL rege-se pela seguinte política:

- Até 15 dias antes do início da atividade, a ANL procede à devolução total do valor;
- Até 10 dias antes do início da atividade, a devolução é de 50% do valor;
- Até 5 dias antes do início da atividade, não existe qualquer devolução de valor.



CONTACTOS

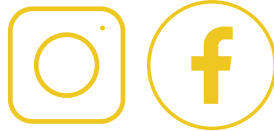


Associação Naval de Lisboa
Fundada em 1856



Website

www.anl.pt



Redes Sociais

Facebook e Instagram



Contactos

Tel.: 213 619 480

E-mail: vela@anl.pt