



Associação Naval de Lisboa  
Est. 1856

# VERÃO 2026 FÉRIAS DESPORTIVAS



**12 semanas**

**15 de junho a 4 de setembro**



**10:00/17:00**

**6 AOS 17  
ANOS**

- Horário alargado opcional
- Lanche de mar opcional

Associação Naval de Lisboa | Doca de Belém  
**Inscrições no site do clube**



*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



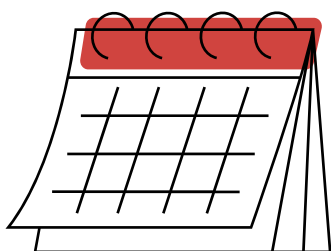
## > INFORMAÇÃO GERAL

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 ou *indoor* caso as condições climáticas não o permitam, e 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
- Jogos coletivos e trabalhos manuais para convívio e aprendizagem;

No final, cada criança recebe um diploma.



## > Datas

As Férias Desportivas de verão 2026 da Associação Naval de Lisboa decorrem durante **12 semanas** das 10:00 às 17:00:

**15 a 19 de junho (primeira semana)**

**31 de agosto a 4 de setembro (última semana)**

Há um **número mínimo para cada semana iniciar: 6 inscritos.**

Os interessados devem inscrever-se no formulário online disponível em:

[Link 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.

Os nossos **treinadores têm 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 ou melhorar o seu desempenho caso já tenham conhecimentos de vela.

**Os treinadores explicam previamente como aparelhar o barco**, com o leme, patilhão e vela e são **abordados os cuidados de segurança**. A turma é dividida por nível de experiência e idades e está **sempre acompanhada pelo treinador** que indica o que têm que fazer no rio e garante a segurança de todos.

Quando regressam a terra falta desaparelhar e lavar os barcos. Caso as condições não permitam ir velejar para o rio, estão pensados jogos coletivos e trabalhos manuais com intuito de desenvolver o convívio, aprendizagem e espírito de equipa.

Está contemplada paragem para os participantes almoçarem e lancharem.





# REQUISITOS E HORÁRIO

## > Requisitos para a inscrição

As férias realizam-se com um mínimo de 6 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 de 25€.

## > Localização das atividades



Doca de Belém, 1400-038, Lisboa



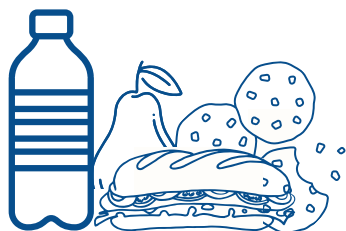
# ALIMENTAÇÃO



## > 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.

Quem não quiser optar pelo lanche de mar da ANL tem que trazer a sua própria comida (almoço e lanche para a tarde).



## Lanche de Mar

Água (2 garrafas)

Sandes, Panado, Salada ou Hamburger

2 salgados

1 cenoura crua

Bolachas simples

1 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 e Raquero.



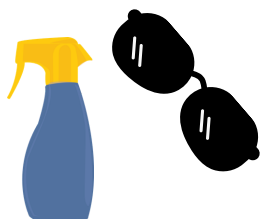
# EQUIPAMENTO



## 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 (sapatilhas)



Toalha e chinelos



Muda de Roupa



Fato de banho / calções de banho



Garrafa de água e mais comida se achar necessário

## A Associação Naval de Lisboa disponibiliza:



Fato de neoprene



Colete de flutuação



Corta-vento

# PREÇOS - ATIVIDADE

Valores (semana 5 dias)	Desconto	Sócio	Não Sócio*
Valor 5 dias	-	163,00€	199,00€
2º Familiar direto	10%	146,70€	182,70€
Grupos (3 ou mais)	15%	138,55€	174,55€

- Os descontos não são acumuláveis.
- Quota de sócio: 12€/mês.
- \*Não sócios podem frequentar as Férias Desportivas mediante o pagamento de 3 quotas de 12€ (já incluído no preço acima indicado).

## EXTRAS | Valor por 5 dias

Lanche de Mar	40,00€
Horário Alargado*	25,00€

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 pessoas), todos os elementos têm que fazer a mesma semana de férias desportivas.

Cada velejador do grupo deverá efetuar a sua inscrição e indicar o nome do grupo no formulário online.

**Link de inscrições:** <https://anl.pt/vela/ferias-desportivas-2026/#inscrio>



Após efetuar a inscrição, receberá um e-mail de confirmação de envio dos seus dados. Será contactado(a) pela secretaria da ANL, com a confirmação da inscrição e 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](http://www.anl.pt)



## **Redes Sociais**

Facebook,  
Instagram  
Linkedin



## **Contactos**

Tel.: 213 619 480  
E-mail: [vela@anl.pt](mailto:vela@anl.pt)