



ORGANIZAÇÃO:



PARCEIROS INSTITUCIONAIS:



PARCEIROS:



Organização



Parceiros Institucionais



Parceiros



## Programa

### Sábado 4 de Maio

- 11.30 – Receção aos participantes Escola EB 2,3 de Arganil  
(levantamento das credencias e apresentação do programa de atividades)
- 12.00 – Almoço Escola EB 2,3 de Arganil
- 13.30 – Reunião técnica com as equipas (esclarecimentos sobre o programa e as suas dinâmicas).
- 14.00 – Início das atividades
- 18.30 – Fim das atividades
- 19.30 – Jantar Escola EB 2,3 de Arganil
- 21.00 - 23.00 Visita Feira Medieval “Espectáculos de Música Sarracena e Danças Mouriscas”
- 22.00 – Recepção nas escadarias do edifício da Câmara Municipal de Arganil
- 23.30 – Recolher obrigatório

### Domingo 5 de Maio

- 08.00 – Alvorada
- 08.15 – Pequeno-Almoço
- 09.00 – Início das Actividades
- 10.30 – Intervalo
- 11.00 – Deslocação para o Parque do Sub-Paço
- 11.30 – Reinicio das Actividades
- 12.00 – Assistir chegada Maratona de BTT (Parque Sub-Paço)
- 12.30 – Foto de Grupo Protocolar Escadaria da Câmara Municipal de Arganil)
- 13.00 – Almoço Escola EB 2,3 de Arganil
- 15.00 – Encerramento

#### Organização



#### Parceiros Institucionais



#### Parceiros



# Sábado 04.05.2019

Início das Actividades – 14.00 horas

Intervalo – 15.45 horas

Reinício das Actividades – 16.15 horas

Final das Actividades Práticas – 18.30 horas

## Equipa 1 - Amarela,

(estação 1) + (estação 2) + (estação 3) – Intervalo 30' - (estação 4) + (estação 5) + (estação 6) + (estação 9)

## Equipa 2 - Cinzenta,

(estação 2) + (estação 3) + (estação 4) – Intervalo 30' - (estação 5) + (estação 6) + (estação 7) + (estação 9)

## Equipa 3 - Laranja,

(estação 3) + (estação 4) + (estação 5) - Intervalo 30' - (estação 6) + (estação 7) + (estação 8) + (estação 9)

## Equipa 4 - Preta,

(estação 4) + (estação 5) + (estação 6) – Intervalo 30' - (estação 7) + (estação 8) + (estação 1) + (estação 9)

## Equipa 5 - Azul,

(estação 5) + (estação 6) + (estação 7) – Intervalo 30' - (estação 8) + (estação 1) + (estação 2) + (estação 9)

## Equipa 6 - Rosa,

(estação 6) + (estação 7) + (estação 8) – Intervalo 30' - (estação 1) + (estação 2) + (estação 3) + (estação 9)

## Equipa 7 - Verde,

(estação 7) + (estação 8) + (estação 1) – Intervalo 30' - (Estação 2) + (estação 3) + (estação 4) + (estação 9)

## Equipa 8 - Vermelha,

(estação 8) + (estação 1) + (estação 2) - Intervalo 30' - (estação 3) + (estação 4) + (estação 5) + (estação 9)

19.30 horas – Jantar Escola EB 2,3 de Arganil

21.00 horas – Visita Feira Medieval “Espectáculos de Música Sarracena e Danças Mouriscas”

22.00 horas – Recepção nas escadarias do edifício da Câmara Municipal de Arganil

23.30 horas – Recolher obrigatório

## Grupos para Refeições

**Grupo 1 – Equipa Amarela / Equipa Cinzenta / Equipa Laranja / Equipa Preta**

**Grupo 2 – Equipa Azul / Equipa Rosa / Equipa Verde / Equipa Vermelha**

Organização



Parceiros Institucionais



Parceiros



## Domingo 05.05.2019

Início das Actividades – 09.00 horas

Intervalo – 10:30 horas

Deslocação para o Parque Sub-Paço – 11.00 horas

Reinício das Actividades – 11.30 horas

Assistir chegada Maratona de BTT (Parque Sub-Paço) – 12.00 horas

Foto de Grupo Protocolar Escadaria da Câmara Municipal de Arganil) – 12.30 horas

Almoço Escola EB 2,3 de Arganil – 13.00 horas

Encerramento – 15.00 horas

**Equipa 1 - Amarela**, (estação 7) + (estação 8) + (estação 10) - Int 30'

**Equipa 2 - Cinzenta**, (estação 8) + (estação 1) + (estação 10) - Int 30'

**Equipa 3 - Laranja**, (estação 1) + (estação 2) + (estação 10) - Int 30'

**Equipa 4 - Preta**, (estação 2) + (estação 3) + (estação 10) - Int 30'

**Equipa 5 - Azul**, (estação 3) + (estação 4) + (estação 10) - Int 30'

**Equipa 6 - Rosa**, (estação 4) + (estação 5) + (estação 10) - Int 30'

**Equipa 7 - Verde**, (estação 5) + (estação 6) + (estação 10) - Int 30'

**Equipa 8 – Vermelha**, (estação 6) + (estação 7) + (estação 10) - Int 30'

Duração aproximada de cada equipa por estação 30 minutos, a rotação das equipas será efetuada sempre no sentido dos ponteiros do relógio- intervalo de 30 minutos para o lanche ao final da 3 estação realizada.

### Organização



### Parceiros Institucionais



### Parceiros



## **Atividades a desenvolver em cada Estação:**

### **Estação 1 – Testes / Avaliações (Fora de Água)**

Cais (Antropometria; Saltos a pés juntos)

**Responsável: Responsável FPN (Pedro Forte – sábado; Jorge Morais – domingo)**

### **Estação 2 – Testes / Avaliações (Fora de Água + Água)**

Cais (Lançamento da Bola Medicinal 3Kgs)

Pista 1 (Teste do Deslize)

**Responsável: Responsável FPN (Pedro Forte – sábado; Jorge Morais – domingo)**

### **Estação 3 – Piscina 25m**

Pistas 7 e 8 – Treino Técnico de Natação 1

**Responsável: Responsável FPN (Paulo Santos – DTR Coimbra – sábado; Camila Rebelo e Carlota (ALN) - domingo)**

### **Estação 4 – Piscina 25m**

Piscina 4, 5 e 6 – Treino Técnico de Natação 2

**Responsável: Responsável FPN (Alexandre Sarrasqueiro – DTR Lisboa)**

### **Estação 5 – “Futebol” Relvado Complexo da Cerâmica Arganilense**

**Responsável: Escola Academia Sporting**

### **Estação 6 – “CrossKids” Cross Box Açor (Complexo Cerâmica Arganilense)**

**Responsável: Cross Box Açor**

### **Estação 7 – Momento Livre**

O grupo pode circular e conhecer todo o Complexo e pelas várias Estações.

Criar uma dinâmica de promoção e interação do Encontro Nacional de Infantis, solicita-se aos nadadores e técnicos que quando tirem fotos e as partilhem nas redes sociais identifiquem os hashtags **#EncontroNacionaldeInfantisArganil** , **#VisitArganil** e **#FPN**.

Organização



Parceiros Institucionais



Parceiros



Estação 8 – “Gira-Volei” Relvado Complexo da Cerâmica Arganilense

**Responsável: Associação Atlética de Arganil**

Estação 9 – “Natação” Piscina 25m

Natação - Estafetas

**Responsável: Escola Municipal de Nataação de Arganil**

(Esta será uma estação de grupo todo)

Estação 10 – “Dança” Relvado Parque Urbano do Sub-Paço (domingo)

Let's Go Dance

**Responsável: Emotion Dance School**

(Esta será uma estação de grupo todo)

Organização

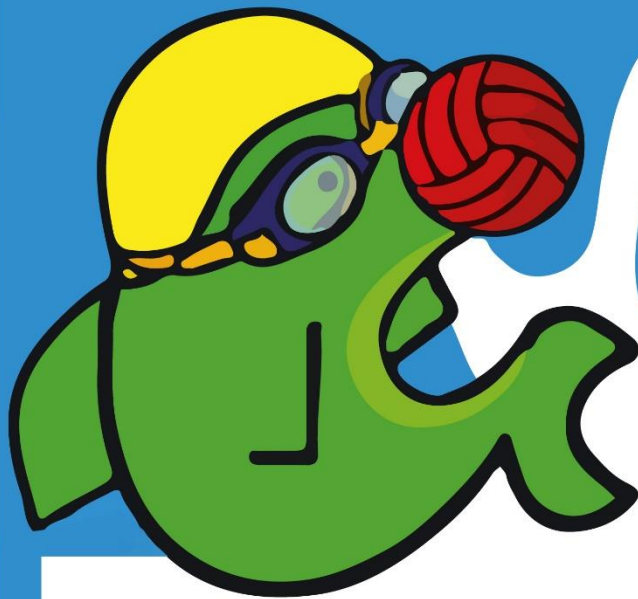


Parceiros Institucionais



Parceiros





# ENCONTRO NACIONAL DE INFANTIS

4 E 5 DE MAIO 2019  
ARGANIL

ORGANIZAÇÃO:



PARCEIROS INSTITUCIONAIS:



PARCEIROS:



Organização



Parceiros Institucionais



Parceiros

