

REGULAMENTO DA ESCOLA DE FORMAÇÃO DESPORTIVA DO CLUBE OLÍMPICO DE OEIRAS

Os alunos deverão cumprir todas as normas de conduta na utilização das instalações, de acordo com o estipulado no Regulamento do Complexo Desportivo do Jamor.

1. INSCRIÇÕES

1.1 Todos os utentes que pretendam inscrever-se na Escola de Formação Desportiva do Clube Olímpico de Oeiras, deverão apresentar a seguinte documentação:

- a) Fotocópia do Bilhete de Identidade, Cédula de Nascimento ou Passaporte;
- b) Ficha de Inscrição preenchida a fornecer pelos serviços de secretaria;
- c) Duas fotografias.

(A não entrega de qualquer um destes documentos inviabiliza a inscrição)

1.2 Será entregue um cartão identificativo da Escola de Formação Desportiva a todos os alunos.

1.3 Os alunos estão cobertos por um seguro de acordo com Decreto-lei n.º 146/93 de 26 de Abril, para a prática desportiva.

1.4 Os Encarregados de Educação/ Representantes dos alunos até aos 16 anos terão de ser sócios do Clube Olímpico de Oeiras **(ANEXO A)**.

1.5 Todos os alunos terão que ser sócios dos Clube Olímpico de Oeiras **(ANEXO A)**.

2. TAXAS

2.1 As taxas da Escola de Formação Desportiva do Clube Olímpico de Oeiras constam do **(ANEXO A)**.

2.2 Anualmente, será cobrada uma taxa de inscrição como previsto na Tabela de Taxas do Regulamento do Clube **(ANEXO A)**.

2.3 O pagamento de cada mensalidade é efectuado até ao dia 8 de cada mês ou até ao primeiro dia de aula após o dia 8.

2.4 No caso de irregularidade verificada no prazo de pagamento da mensalidade, o aluno não poderá frequentar as aulas da Escola de Formação Desportiva do Clube Olímpico de Oeiras.

2.5 Os pedidos de ausência serão analisados individualmente. Em caso de resposta afirmativa o aluno fica sujeito a pagamento de 25% do pagamento da taxa devida. O limite máximo de redução do pagamento da taxa por apresentação de atestados é de 1 mês, salvo situações devidamente analisadas e autorizadas pelo Clube.

2.6 As aulas que coincidam com feriados não serão compensadas.

2.7 Durante todo o mês de Junho estão abertas as inscrições ou renovações para a época seguinte, mediante o pagamento da respectiva jóia.

3. DESISTÊNCIAS

3.1 Nos casos em que o aluno pretenda interromper a frequência das aulas, deverá proceder a desistência junto do professor responsável pela aula da Escola de Formação Desportiva do Clube Olímpico de Oeiras.

3.2 Os alunos visados no ponto 2.5, estão sujeitos ao pagamento da(s) mensalidade(s) em atraso e da taxa de inscrição para o regresso nas aulas.

4. ACESSO AOS BALNEÁRIOS

4.1 As actividades que decorrem em espaços aquáticos, registam normalmente uma grande afluência. Para garantir uma organização eficaz é essencial regular o período de entrada para as aulas. Assim sendo, os alunos só poderão entrar nos balneários 15 minutos antes do início da aula, até à hora do início da respectiva aula, devendo sair 25 minutos após o final da mesma.

5. ANÁLISE DAS COMPETÊNCIAS DOS ALUNOS

5.1 No momento da entrada de um aluno novo na Escola de Formação Desportiva do Clube Olímpico de Oeiras, será feita uma avaliação inicial das suas capacidades com o intuito de se decidir se o mesmo tem o nível necessário para a prática da natação de competição.

5.2 As aulas de natação serão dadas de acordo com o Programa da Escola **(ANEXO B)**.

6. HORÁRIO DE ATENDIMENTO

6.1 Qualquer esclarecimento relativo ao funcionamento das aulas será feito pelo professor da Escola de Formação Desportiva do Clube Olímpico de Oeiras.

6.2 Quando necessário, poderão ser marcadas horas, de forma a ir ao encontro da disponibilidade do Encarregado de Educação ou outros que pretendam obter quaisquer tipo de esclarecimento.

7. ACEITAÇÃO DAS NORMAS DE FUNCIONAMENTO DA EFD

1. O presente regulamento está afixado no site do Clube Olímpico de Oeiras e facultado a qualquer pessoa, sempre que solicitado.

2. Pressupõem-se que todos os alunos da Escola de Formação Desportiva do Clube Olímpico de Oeiras tenham conhecimento e aceitem o presente regulamento.

8. DÚVIDAS E OMISSÕES

1. A resolução de dúvidas ou casos omissos neste regulamento, compete à Direcção do Clube Olímpico de Oeiras.

ANEXO A

**TAXAS DA ESCOLA DE FORMAÇÃO DESPORTIVA DO CLUBE OLÍMPICO DE OEIRAS
ÉPOCA 2011/2012**

	VALOR
Jóia	25 Eur
Renovação	20 Eur
Mensalidade *	36 Eur
Mensalidade (só sábados)	20 Eur
Mensalidade de Julho	Cobrado nos meses de Outubro, Novembro e Dezembro

* Independentemente do n.º de vezes semanais

QUOTAS DO CLUBE OLÍMPICO DE OEIRAS

Tipo Sócio	VALOR **
Sócio Efectivo	2 Eur
Sócio Atleta	5 Eur
Sócio Menor (até aos 16 anos)	isento

** Valores mensais

FORMAS DE PAGAMENTO

Transferência Bancária – NIB	0033.000045343738632.05
-------------------------------------	--------------------------------

ANEXO B

PROGRAMA DA ESCOLA DE NATAÇÃO.

A **Aprendizagem avançada**, abrange todos os alunos que tenham adquirido competências mínimas para frequentar a piscina de 50 metros e tem como objectivos gerais:

- Aprender a técnica de costas, tendo em conta a posição do corpo e a acção dos membros inferiores, a coordenação da respiração com os movimentos propulsivos, a recuperação e a geração de apoios propulsivos;
- Aprender a técnica de crol, tendo em conta a posição do corpo e a acção dos membros inferiores, a coordenação da respiração com os movimentos propulsivos, a recuperação e a geração de apoios propulsivos;
- Aperfeiçoar a aprendizagem da técnica de bruços, tendo em conta a posição do corpo e a acção dos membros inferiores, a coordenação da respiração com os movimentos propulsivos, a recuperação e a geração de apoios propulsivos;
- Aperfeiçoar a aprendizagem da técnica de mariposa, tendo em conta a posição do corpo e a acção dos membros inferiores, a coordenação da respiração com os movimentos propulsivos, a recuperação e a geração de apoios propulsivos;
- Aperfeiçoar os saltos de partidas para as técnicas de crol, costas, bruços e mariposa e estafetas;
- Aperfeiçoar as viragens nas técnicas de crol, costas, bruços e mariposa e estilos;
- Adquirir habilidades motoras para as vertentes da natação sincronizada e pólo aquático.

A **Formação Desportiva**, abrange todos os alunos que tenham atingido os objectivos propostos para a aprendizagem avançada e desejam aferir as suas capacidades no que diz respeito a uma possível integração na vertente competitiva da natação pura. De acordo com a definição dos escalões da natação competitiva, os alunos com idades compreendidas entre os 10 e 15 anos terão prioridade para frequentar estas aulas.

ANEXO C

Época 2010/2011

2 ^ª f		3 ^ª f		4 ^ª f		5 ^ª f		6 ^ª f		SÁB.	
		06:30	Natação			06:30	Natação				
		08:00				08:00					
18:00	Corrida			18:00	Corrida			18:00	Corrida	09:45	Ciclismo
18:30				18:30				18:30		11:15	Corrida
18:45	Natação	18:00	Natação	18:45	Natação	18:00	Natação	18:45	Natação	11:30	Natação
20:15		19:30		20:15		19:30		20:30		12:30	