



**VIVA 60 minutos por dia**  
**de ACTIVIDADE FÍSICA & DESPORTO**

**Cascais** desporto **activo**  
**é desporto** na escola

**Ano Lectivo 2010/11**

## ▲ Cascais Gym – Encontro de Ginástica

**17, 18 e 19. Nov.10** - Pavilhão Desportivo a designar | **24, 25 e 26. Nov.10** - Pavilhão Desportivo Guilherme Pinto Basto

**Organização:** Câmara Municipal de Cascais / Associação de Ginástica de Lisboa

### **Regulamento Geral**

**Actividade:** Ginástica

**Tipo de Actividade:** Convívio

**Horário:** 09.30 – 12.30 horas / 14.00 – 16.00

**1.** As turmas deverão ser constituídas por um máximo de 25 elementos e fazer-se acompanhar por um (a) professor (a) e uma auxiliar (**obrigatório**). Estes dois elementos irão acompanhar a turma durante toda a actividade.

**2.** Apenas poderão participar na actividade turmas do **1º e 2º ano** de escolaridade do 1º ciclo do ensino Básico públicas. Caso exista disponibilidade, poderemos integrar turmas de escolas privadas.

**3.** A actividade terá a duração de aproximadamente **1 hora** e irá decorrer em regime de rotação pelas diversas estações.

**4.** A actividade é constituída por 4 estações: gincana de destreza motora; mini-trampolim e pista insuflável; jogos lúdicos e percurso de aparelhos de ginástica.

**5.** Cada estação terá a duração de 10 minutos (8` de actividade massiva e 2` de explicação/organização).

**6.** Cada estação será enquadrada por 1 responsável técnico e vários monitores. **Os responsáveis das turmas (professor titular ou professor da Actividade Física – AEC`S - e auxiliar) deverão enquadrar os seus alunos nas estações, sendo que, deverão trazer equipamento adequado para a tarefa.**

**7.** As inscrições serão aceites por **ordem de chegada** e deverão ser feitas através do preenchimento de ficha própria e enviadas à Câmara Municipal de Cascais – Divisão de Fomento Desportivo – através do fax: 21 482 50 76 ou endereço electrónico: [desporto.escola@cm-cascais.pt](mailto:desporto.escola@cm-cascais.pt), até ao dia **11 de Novembro de 2010**.

**8.** Após recepção das inscrições, elaborar-se-á os quadros e os horários da actividade, bem como os esquemas de transportes. Consequentemente a informação irá ser transmitida às escolas inscritas.

**9.** Qualquer assunto omissos neste regulamento será resolvido pela Comissão Organizadora.