TABELA DE PREÇOS:

Quota mensal (todo o ano)

Inclui ensino na canoagem e respetivos treinos, incluindo ginásio: **€ 10 / mês**

Manhãs no Clube

Aulas e Treinos de Canoagem

+ atividades lúdicas relacionadas

Os atletas estão toda a manhã no Clube, acompanhados por treinadores e monitores, em aulas de canoagem, em treinos, e em atividades físico-lúdicas **€ 25 mês**

(inclui o valor da quota mensal e obriga ao pagamento das quotas mensais vencidas)

Manhãs e Tardes no Clube

Os participantes estão no clube desde as 8h30 até às 18h30, com ou sem o período de almoço. Corresponde ao programa de *Manhãs no Clube* acrescida das restantes atividades educativas da parte da tarde. Acresce aos valores da manhã:

€ 90 / mês

Almoço **€ 2,50 / refeição**

Observações:

Os participantes deverão trazer o lanche para meio da manhã e meio da tarde.

As saídas a parques aquáticos, piscinas, acampamentos são facultativas, liquidadas em separado e apenas podem ser realizadas pelos atletas após autorização dos treinadores e da direção, mediante o calendário das competições.

Centro de Excelência Desportiva e Escolar

GINÁSIO · CENTRO DE APOIO AO ESTUDO · CAFETARIA · CANOAGEM DE LAZER

CLUBE NÁUTICO ESPOSENDE PORTUGAL

ESCOLA DE CANOAGEM · EQUIPA DE COMPETIÇÃO

Náutico Study

Apoio ao Estudo

Parceria com :

EMAC

ESPOSENDE câmara municipal

UNIÃO DE FREGUESIAS DE APÚLIA E FÃO

O **Centro de Excelência Desportiva e Escolar** do **Clube Náutico de Fão** é composto por: escola de canoagem; equipa de competição de canoagem; ginásio; cafetaria e centro de estudos.

Em 2022 realiza-se, pelo terceiro ano consecutivo, o programa de férias desportivas, que oferece umas férias saudáveis e divertidas.

Os participantes passam as manhãs dos meses de verão a praticar desporto ao ar livre, participando em 4 competições de canoagem (3 competições regionais e 1 competição nacional).

Durante a tarde são desenvolvidas atividades lúdico-formativas, promovendo a aprendizagem fora do contexto de sala de aula.

O programa pode incluir o almoço.

Estão abertas as pré-inscrições até 31 de Maio. Na primeira semana de Junho são comunicadas as inscrições aceites e respetivas turmas.

As atividades decorrem diariamente nos seguintes horários:
Dias da semana, das 8h30 até às 18h30.

O Centro de Estudos disponibilizará o almoço para quem desejar, devendo ser referido no momento da inscrição. Os participantes que não desejarem almoçar, têm intervalo para almoço entre as 12h15 e as 14:00h.

Para as atividades da manhã, os participantes devem apresentar-se com t-shirt e calções, fato de banho, chinelos, toalha e gel de banho, assim como roupa para trocar.
A roupa a utilizar nas atividades educativas será indicada na véspera das mesmas.

As atividades desenvolvidas ao longo das férias desportivas, são:

Período da Manhã:

- **Aulas de canoagem**
- **Treinos de canoagem**
- **Aulas de preparação física**
- **Aulas de natação.**
- **Torneios**
- **Atividades lúdicas relacionadas**

Período da Tarde:

- **Voleibol**
- **Futebol**
- **Ténis de Mesa**
- **Paintball**
- **Paintwater**
- **Jogos de Playstation**
- **Matraquilhos**
- **Ateliers**
- **Cinema**
- **Atividades ao ar livre**
- **Acampamento***
- **Aquaparque***
- **Piscina***
- **Entre outras...**

Avisos

Os alunos deverão chegar a horas

Devem cumprir todas as regras que lhes são impostas, para o bom funcionamento das atividades e para a sua própria segurança;