



Escola de Judo Ana Hormigo

Exmo. Sr. _____

Assunto: Estágio de Páscoa 3 a 6 de Abril

Data: 14-03-23

Com o objetivo de se prepararem atividades e competições futuras, em específico vários European Cup's de Cadetes e de Juniores, bem como outras competições do escalão de Juvenis, vimos por este meio convidar todos os atletas interessados em participar no Estágio de Páscoa a realizar nos próximos dias 3 a 6 de Abril de 2022.

O estágio terá lugar em Proença-a-Nova no Seminário dos Missionários do Preciosíssimo Sangue de Proença-a-Nova, para atletas nascidos desde o ano 2013.

Para que seja possível o seu educando participar na referida atividade será necessário preencher a autorização que se segue e pagar o valor de 75,00 € (setenta e cinco euros) com tudo incluído.

Durante a referida atividade o clube será responsável pela alimentação dos participantes (Pequeno Almoço, Almoço e Jantar), sendo cada um responsável pelo seu lanche de meio da manhã e tarde.

Sem outro assunto de momento, os nossos sinceros cumprimentos,

Programa:

Segunda 3-4-2023	Terça 4-4-2023	Quarta 5-4-2023	Quinta 6-4-2023	Observações
8 h Viagem Castelo Branco / Proença	8 h às 8:30 h Corrida / Caminhada	8 h às 8:30 h Corrida / Caminhada	8 h às 8:30 h Corrida / Caminhada	Equipamento Desportivo e Judogi
11 h às 12 h Judo Ne Waza	10 h às 12 h Judo Ne Waza	10 h às 12 h Judo Ne Waza	10 h às 12 h Judo Ne Waza	
14:30 h às 16:30 h Atividades	14:30 h às 16:30 h Atividades	14:30 h às 16:30 h Atividades	14:30 h às 16:30 h Atividades	
17 h às 19 h Judo Nage Waza	17 h às 19 h Judo Nage Waza	17 h às 19 h Judo Nage Waza	16 h Viagem Proença / Castelo Branco	

Notas: O programa poderá sofrer alterações, transportes a combinar nos locais e horários habituais.

Estágio de Páscoa 2023 - Autorização – Entregar até 29 de Março

Venho por este meio autorizar o meu educando _____, nascido no ano _____ pertencente ao núcleo _____ a participar no Estágio de Páscoa 2023, a realizar em Proença-a-Nova, nos dias 3 a 6 de Abril.

Pagamento através de Dinheiro ____ Transferência ____ no valor de 75,00 € (setenta e cinco euros)

Ass: _____, ____ de _____ de 2023