



Eduardo Borges Pereira
Presidente do Conselho de Gestão

EDITORIAL

Em setembro arranca uma nova época desportiva (e um novo ano letivo para as crianças e jovens). Surgem novos desafios, novas responsabilidades mas, também, novas oportunidades de realização pessoal. Neste contexto, a realização de exercício e de desporto são importantes instrumentos ao serviço do desenvolvimento humano.

Faça por aproveitar o que a Palmela Desporto tem para lhe oferecer, até julho de 2015.

“PRATIQUE EXERCÍCIO E NATAÇÃO NAS PISCINAS DE PALMELA E PINHAL NOVO”



REUNIÃO DO CONSELHO DE GESTÃO

Na reunião extraordinária do Conselho de Gestão de 6 de agosto aprovou-se o seguinte:

a) Adjudicação da prestação do serviço de Fiscal Único da Palmela Desporto, pelo período compreendido entre 1 de agosto de 2014 e 31 de março de 2018, a Lino Correia – SROC, Unipessoal, Lda..

NOVO CONTRATO-PROGRAMA E FISCAL ÚNICO APROVADOS PELA AUTARQUIA

A Assembleia Municipal de Palmela aprovou, em 27 de agosto, um novo contrato-programa com a Palmela Desporto que altera o período de duração comparativamente ao que está em vigor. O novo documento irá abranger a época desportiva/ano letivo, ou seja, de 1 de setembro a 31 de agosto e não o ano civil como se verifica atualmente e contempla, também, o trabalho conjunto a realizar no âmbito dos programas “Aprender a Nadar” e de “Desenvolvimento do Associativismo Desportivo”. Só após a emissão do visto do Tribunal de Contas é que o documento entrará em vigor.

Foi, ainda, aprovado que o Fiscal Único da Palmela Desporto será Lino Correia – SROC, Unipessoal, Lda., para o período de 1 de agosto de 2014 a 31 de março de 2018.

CAMPO DE JOGOS DE PALMELA REABRIU

A época desportiva de 2014/2015 já se iniciou no Campo de Jogos Municipal de Palmela. O arranque da utilização do relvado de 11 verificou-se na manhã do dia 6 de agosto, com a realização de um jogo treino entre a equipa de seniores do Clube Desportivo Pinhalnovoense e a equipa de juniores do Vitória Futebol Clube, de Setúbal.

Esperamos que os nossos relvados de 11 e de 7 correspondam da melhor forma possível às necessidades das equipas que os vierem a utilizar até junho de 2015.





PAVILHÃO DESPORTIVO DE PINHAL NOVO JÁ EM FUNCIONAMENTO

Também o Pavilhão Desportivo já reabriu as suas portas à atividade desportiva regular. A nova época desportiva de 2014/2015 aí está, com as práticas do aikido e do basquetebol a serem as primeiras.

ESPLANADA DO BAR PRONTA

Está concluída a obra de impermeabilização e beneficiação do piso da esplanada do bar da Piscina de Pinhal Novo. Desta forma melhoramos as condições de estada e de acesso ao bar e evitamos infiltrações na sala do arquivo.



NOVOS FILTROS INSTALADOS



Está concluída a substituição de dois dos filtros da Piscina de Pinhal Novo. Os antigos foram retirados e os novos foram colocados nos mesmos locais na cave. Parte significativa deste trabalho esteve a cargo dos nossos técnicos de manutenção.

PISCINA DE PINHAL NOVO MELHORADA

Os azulejos do piso e das paredes do tanque grande da Piscina de Pinhal Novo foram alvo de uma intervenção de beneficiação nas juntas, de modo a evitar danos futuros e a prevenir eventuais acidentes com os utilizadores. Foi a primeira intervenção desta natureza realizada nos 15 anos de funcionamento ininterrupto deste equipamento desportivo.



PISCINAS DE PALMELA E DE PINHAL NOVO REABRIRAM EM 1 DE SETEMBRO

As nossas piscinas reabriram ao público em 1 de setembro. A Piscina de Pinhal Novo reabriu com uma semana de atraso devido ao facto das intervenções de beneficiação realizadas terem consumido mais tempo do que o previsto.

Salienta-se, ainda, o facto de durante o mês de agosto o Centro de Exercício e Saúde ter continuado a funcionar, ainda que com menos horários do que habitualmente, designadamente o Ginásio de Musculação e Cardiofitness e algumas aulas de Exercício em Grupo.



TANQUE DE COMPENSAÇÃO ALVO DE BENEFICIAÇÃO

Na interrupção do funcionamento da Piscina de Pinhal Novo, em agosto, também o tanque de compensação da piscina pequena foi alvo de uma intervenção de beneficiação, por parte de uma empresa da especialidade, que procedeu à impermeabilização das suas paredes interiores, de modo a procurar melhorar-se (ainda mais) a qualidade da água.

JUNTA DA FREGUESIA DE PINHAL NOVO INSTALOU NOVOS BANCOS

O passeio sul fronteiro à entrada para a Piscina de Pinhal Novo está, agora, mais agradável, mercê da colocação de quatro novos bancos de jardim, no dia 2 de setembro, que substituíram os anteriores já algo danificados e vandalizados.

Agradece-se à Junta da Freguesia de Pinhal Novo pelo trabalho realizado.





DESSPORTIVA REINICIOU ATIVIDADES COM NOVA EQUIPA TÉCNICA

O dia 1 de setembro marcou o arranque da nova época desportiva, designadamente para a Desportiva, que tem uma nova equipa técnica com a seguinte constituição:

COORDENADOR

Mário Espada

- Doutorado em Ciências da Motricidade Humana, ramo das Ciências do Desporto, com tese na área da Natação, na Faculdade de Motricidade Humana da Universidade de Lisboa;
- Técnico de Natação, Nível 3, habilitado pela Federação Portuguesa de Natação;
- Clubes representados como Técnico de Natação: Palmela Desporto, Clube Naval Setubalense e Escola Municipal de Desporto de Setúbal - Piscina Municipal de Azeitão;
- Vice-Campeão Nacional de Natação - 100 e 200 m costas; 100 m livres; 100 m mariposa; 4 x 100 livres e 4 x 50 m livres;
- Campeão Regional de Natação - 50, 100 e 200 m livres; 100 e 200 m costas; 100 m mariposa; 200 m estilos; 4 x 100 m livres, 4 x 100 m estilos e 4 x 200 m livres;
- Clubes representados como nadador: Clube Naval Setubalense e Sociedade Filarmónica União Artística Piedense.

TÉCNICOS

Inês Reis (Treinadora de Pré-Desportiva e Cadetes), na Piscina de Palmela

- Licenciada em Ciências do Desporto, especialização em Treino Desportivo - Natação, na Faculdade de Motricidade Humana da Universidade de Lisboa;
- Técnica de Natação, Nível 2, habilitada pela Federação Portuguesa de Natação;
- Clubes representados como Técnica de Natação: Escola Municipal de Desporto de Setúbal - Piscina Municipal de Azeitão e Grupo Desportivo de Sesimbra;
- Vice Campeã Nacional de Natação - 50 e 100 m bruços;
- Campeã Regional de Natação - 100 e 200 m mariposa; 200 e 400 m estilos; 100 e 200 m bruços;
- Clubes representados como nadadora: Escola Municipal de Desporto de Setúbal - Piscina Municipal de Azeitão e Clube Naval Setubalense.

João Bernardo (Treinador de Pré-Desportiva), na Piscina de Pinhal Novo

- Mestrando em Ciências do Desporto - Exercício e Saúde, na Universidade de Évora;
- Licenciado em Desporto de Recreação, na Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico de Setúbal;
- Técnico de Natação, Nível 2, habilitado pela Federação Portuguesa de Natação;
- Clubes representados como Técnico de Natação: Câmara Municipal de Palmela, Palmela Desporto, Marinha de Guerra Portuguesa, Grupo Desportivo de Sesimbra, Câmara Municipal de Sesimbra, Agrupamento de Escolas da Boa Água - Quinta do Conde e Câmara Municipal de Almada;
- Técnico de Treino Personalizado, habilitado pelo Instituto de Exercício e Saúde;
- Monitor de Educação Física, Nível 1, habilitado pelo Centro de Educação Física da Armada;
- Praticante federado de várias modalidades desportivas.

- Tiago Venâncio** (Treinador de Cadetes), na Piscina de Pinhal Novo
- Freqüência da Licenciatura em Desporto, na Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico de Setúbal;
 - Técnico de Natação, Nível 1, habilitado pela Federação Portuguesa de Natação;
 - Clubes representados como Técnico de Natação: Palmela Desporto, Estrelas São João de Brito, Natación de Alcobendas (Espanha), Sek Sierra Oeste (Espanha) e Hamilton Aquatics Dubai (Emirados Árabes Unidos);
 - Nadador Olímpico em Atenas 2004, Pequim 2008 e Londres 2012;
 - Vice-campeão da Europa Junior em 2005 nos 200 m livres e terceiro classificado nos 50 e 100 m livres; Terceiro classificado no Campeonato da Europa de Júniores 2004;
 - Clubes representados como nadador: Palmela Desporto, Clube Naval Setubalense, Estrelas São João de Brito, Club Natación de Alcobendas (Espanha), Sek Sierra Oeste (Espanha) e Hamilton Aquatics Dubai (Emirados Árabes Unidos).

- Filipe Rosa** (Treinador de Infantis e Juvenis), na Piscina de Pinhal Novo
- Licenciado em Fisioterapia, na Escola Superior de Saúde da Cruz Vermelha Portuguesa;
 - Técnico de Natação, Nível 1, habilitado pela Federação Portuguesa de Natação;
 - Clubes representados como Técnico de Natação: Palmela Desporto e Clube Naval Setubalense;
 - Vice-campeão Nacional de Natação - 50, 100 e 200 m livres; 100 m costas; 4 x 50 m livres; 4 x 100 m livres; 4 x 200 m livres;
 - Campeão Regional de Natação - 50, 100 e 200 m livres; 100 e 200 m costas; 4 x 100 m livres, 4 x 100 m estilos e 4 x 200 m livres;
 - Clubes representados como nadador: Clube Naval Setubalense e Futebol Clube do Porto.

- José Tavares** (Treinador de Juvenis, Júniores e Seniores), na Piscina de Pinhal Novo
- Licenciado em Ciências do Desporto, especialização em Treino Desportivo - Natação, na Faculdade de Motricidade Humana da Universidade de Lisboa;
 - Técnico de Natação, Nível 2, habilitado pela Federação Portuguesa de Natação;
 - Clubes representados como Técnico de Natação: Sport Lisboa e Benfica e Palmela Desporto;
 - Campeão Regional de Natação - 4 x 100 m estilos;
 - Clube representado como nadador: Sport Lisboa e Benfica.

Os dias, horários e locais dos treinos, por escalão são os seguintes:

Pré-Desportiva (Piscinas de Palmela e Pinhal Novo)
2.as, 4.as e 6.as (18h00-18h45 e 18h45-19h30).

Cadetes (Piscinas de Palmela e Pinhal Novo)
De 2.ª a 6.ª (18h00-19h30).

Infantis e Juvenis B (Piscina de Pinhal Novo)
De 2.ª a 6.ª (19h00-21h00) e sábados (9h00-10h45).

Juvenis A, Júniores e Seniores (Piscina de Pinhal Novo)
De 2.ª a 6.ª (18h30-21h00) e sábados (9h00-10h45).

BOA ÉPOCA DESPORTIVA!



KRAV MAGA – AULA DE DEFESA PESSOAL

1, 4, 8, 11 e 15 setembro | 19h00 às 20h00

Piscina de Pinhal Novo – Centro de Exercício e Saúde (CES)

Destinatários – a partir dos 14 anos

Entradas livres e gratuitas

SEMANA DA LOCALIZADA (PESOS E BARRAS)

Piscina de Pinhal Novo – Centro de Exercício e Saúde (CES)

8, 10 e 12 setembro | 19h00 às 19h50

9 e 11 setembro | 13h00 às 13h50

Destinatários – a partir dos 14 anos

Entradas livres e gratuitas

SEMANA DO PILATES

Piscina de Pinhal Novo – Centro de Exercício e Saúde (CES)

9 e 11 Setembro | 18h15 às 19h00

Destinatários – a partir dos 14 anos

Entradas livres e gratuitas

TREINO DE GINÁSIO E AULA EM GRUPO AO AR LIVRE

Piscina de Pinhal Novo – Centro de Exercício e Saúde (CES)

27 Setembro | 10h00 às 12h00

Destinatários – a partir dos 14 anos

Entradas livres e gratuitas

HIDROCORAÇÃO – AULA DE HIDROGINÁSTICA

Piscina de Pinhal Novo

27 Setembro | 11h30 às 12h15

Destinatários – a partir dos 14 anos

Entradas livres e gratuitas

DIA MUNDIAL DO CORAÇÃO

Piscinas de Palmela e de Pinhal Novo

29 Setembro | Horários de funcionamento das aulas de escola de natação, hidrogenástica e hidroterapia

Destinatários – a partir dos 14 anos (uma entrada gratuita no dia e por classe, enquadramento nas aulas em função das respetivas idades/classes disponível no horário escolhido).

Os interessados devem inscrever-se previamente junto da secretaria da piscina até ao dia 22 de setembro

Entradas livres e gratuitas

