



IX-“BU DO SPIRIT” ESTÁGIO DE JUDO



FERREIRA DO ZÊZERE – 27, 28 e 29 Dezembro - 2019

Local	Pavilhão Municipal de Ferreira do Zêzere Rua Ferreira do Alentejo- Coordenadas GPS: N 39° 41.727' W 8° 17.177'
Destinado	Juvenis, Cadetes, Juniores e Seniores (mas/fem)
Orientação Técnica	Diretor do Estágio - Manuel Francisquinho 6° Dan (AMFZ) Cármen Solana (Espanha) 7° Dan Nuno Delgado 6° Dan (EJND) António Saraiva 6° Dan (FPJ) João Nunes 6° Dan (JCL) Pedro Dias 5° Dan (SAD)
Alojamento	É garantido Alojamento aos primeiros 150 INSCRITOS (TRAZER SACO CAMA)
Transporte	A partir de Lisboa e de Coimbra a Organização disponibiliza o transfer de autocarro (s) para transporte de judocas (55lug.) e regresso no fim de estágio- Durante o estagio esta garantido o transfer para dormitórios
Alimentação	Refeições a servir no CRIFZ Pequeno Almoço- Almoço-Jantar
Actividades	Visitas locais ,Piscina, Futebol, Skate, Patins, Basket, Vídeos <i>Nota; Trazer Fato de banho e touca para usar a piscina – skate - patins</i>
Treinos	Manhã 10h00 /12h00 - Tarde 16h00 /18h00 600m2 de tatami
Prazo inscrição Contatos	<u>Agradecemos que nos seja remetida até 30 Nov 2019</u> mfrancisquinho@hotmail.com tel. 915113808 marinheiros.fzz@gmail.com tel. 918966016
Custos	<u>Consultar mapa de opções em anexo para participação no ESTÁGIO</u> http://judo-marinheiros.webnode.pt/



IX-“BUDO SPIRIT” ESTÁGIO DE JUDO



FERREIRA DO ZÊZERE – 27,28 e 29 Dezembro - 2019



Carmen Solana 7º Dan

Treinadora de Bilbao

11 x Campeã de Espanha



Manuel Francisquinho 6º Dan

Responsável Técnico de AMFZ

_Diretor de Estágio



Nuno Delgado 6º Dan

Bronze JO Sydney (2000)

Campeão Europeu Seniores (1999)

Vice Camp Europeu Seniores (2003)

Hexacampeão Nacional de seniores



António Saraiva 6º Dan

Selecionador Nacional Cadetes FPJ



Pedro Dias 5º Dan

JO Pequim (2008)

Bronze Camp Europa Seniores

Bronze Camp Europa Sub 23



João Nunes 6º Dan

Várias vezes Campeão Nacional

Treinador do Judo Clube Lisboa



IX-“BUDO SPIRIT” ESTÁGIO DE JUDO



FERREIRA DO ZÊZERE – 27,28 e 29 Dezembro - 2019

Informação sobre custos de IX Estágio de Judo Budo Spirit-2019

Opções	Escolha de opção	Até 30 Nov	01 Dez a 26 Dez
Pack-1	Participação no estágio completo (27,28 e29 Dez) (inclui Transfere, alimentação, alojamento e atividades) T-shirt, não inclui jantar de 29 Dezembro.	95€	105€
Pack-2	Estágio de Judo Com almoço e sem alojamento +T-shirt	80€	90€
Pack-3	Estágio de Judo +T-shirt Sem almoço e sem alojamento	50€	60€
Atenção	<i>Em qualquer das opções é sempre necessário trazer saco cama para dormir e para uso da piscina fato de banho chinelos e touca.Não são restituídas verbas de inscrição feita</i>		

Observações:

- A organização solicita que se cumpra prazos de inscrição para prevenir os alojamentos e a alimentação atempadamente
- A organização disponibiliza um autocarro para transporte desde Lisboa “**churrasqueira do campo Grande**” no dia 27 DEZ. partida as 08h00 (o regresso esta igualmente assegurado até lisboa)
- A organização disponibiliza o local de dormida Quartos com beliche e instalação de WC a 200 Judocas **trazer saco de cama.**
- Aos treinadores se garante a diária /dormida no caso, trazer ao estágio 9 ou mais judocas
- Os treinadores devem alertar os atletas para o facto **de ser preciso o saco de cama** para pernoitar
- Para utilização da piscina os utentes devem trazer o seu “**FATO DE BANHO ,TOUCA**” e “**CHINELOS**”
- As inscrições devem ser feitas através de Email marinheiros.ffz@gmail.com
mfrancisquinh@hotmail.com
- Consulta a nossa página do estágio em <http://judo-marinheiros.webnode.pt/>





IX-“BU DO SPIRIT” ESTÁGIO DE JUDO



FERREIRA DO ZÊZERE – 27,28 e 29 Dezembro - 2019

- **Só serão aceites as inscrições cujo pagamento tenha sido feito na totalidade dos judocas , este pagamento pode ser feito pelo clube e ou treinador ,mas, refira-se mais uma vez “na totalidade de judocas inscritos”. Uma vez inscrito não há lugar a devolução de valores , salvo raras situações a analisar posteriormente.**
- **Ao enviar a inscrições é obrigatório anexar o comprovativo de pagamento de estagio**
- **Os pagamentos são feitos para a conta nib (AMFZ) Cgd . 003503150001490793057**

INFORMAÇÃO DE DORMIDAS

Quem desejar permanecer em outro tipo de alojamento sugerimos os seguintes contatos :

- Centro de Congressos & Alojamento do Zêzere

Endereço Lote HC1, Av. 13 de Junho, Urbanização Quinta da Matana, 2240-368 Ferreira do Zêzere

Telefone:249 361 418

Telemóvel: 969 192 220

Coordenadas GPS -39°41'42.1 N 8°18'09.2 W

Quarto casal 45€ / noite (cama casal ou duas camas separadas de solteiro)

Quarto Solteiro 40€ duplo 45

NOTA: Não se servem pequeno-almoço

-Rio Azul - Casa de Hóspedes

Rua Professor Dr. António Esperança Mendes Ferreira

42 Chão da Serra - 2240-334 Ferreira do Zêzere

Tel: 249 361 186 / Telem: 918434235

www.rio-azul.com

NOTA: Reservas e custos a pagar no local pelos interessados

