

GRUPO-EQUIPA DE NATAÇÃO II
Autorização do Encarregado de Educação

Eu abaixo assinado _____, declaro que autorizo o(a) meu(minha) educando(a) _____, do ___º ano, da turma ____, nº _____, a participar no Campeonato Regional do calendário competitivo 2015-16, que se vai realizar no próximo dia 4 de abril, entre as 07:30 e as 20:00 horas, nas Piscinas Municipais de Vila Franca de Xira.

_____ de _____ de 2016

O(A) Encarregado(a) de Educação

Esclarecimentos ao Encarregado de Educação e ao seu Educando:

- Podem consultar o Regulamento desta prova que enviei, via *net e facebook*;
- A partida será pelas 07:30h, junto à Escola Básica e Secundária Fernão do Pó (a confirmar!);
- A chegada ao Bombarral ocorrerá por volta das 19:00/20:00 horas, no mesmo local de partida;
- O transporte é feito em autocarro na ida e na vinda;
- A organização responsável pela prova encarregar-se-á de fornecer refeições. No entanto, aconselho que o seu Educando leve um reforço alimentar, designadamente:
 - Sandes com queijo ou com fiambre ou com presunto ou com compotas de fruta (...) ou com mel, água (de preferência, Monchique, Carvalhelhos, Evian, São Silvestre ou Cruzeiro) ou sumos (tendencialmente naturais e com pouco açúcar) e fruta (maçãs, banana, ...). Não é de modo nenhum aconselhável levar bolos (...), guloseimas (...), batatas fritas (...), refrigerantes (...), etc.. Para além de serem alimentos nocivos para a saúde, em geral, são profundamente prejudiciais e inibidores ao bom rendimento desportivo!
- Os professores oficialmente convocados (2/3) para acompanhar os alunos são geralmente aqueles que levam mais alunos da sua Escola à prova. Neste momento, ainda não sei se irei!
- É obrigatório a apresentação do Bilhete de Identidade/Cartão do Cidadão, à chegada à piscina, por parte de todos os nadadores. A falta deste documento impede a participação na prova!

27 de maio de 2016

Professor responsável pelo Grupo-Equipa de Natação II

(Paulo Baptista)