

# CLUBES DE MAR

## Normas de Participação

### CLUBES NÁUTICOS

Associação Naval de Lisboa  
Clube Ferroviário de Portugal  
Náutico Clube Boa Esperança  
Sport Algés e Dafundo

### PARCEIROS

Agrupamentos de Escolas de Lisboa  
Faculdade de Motricidade Humana  
Juntas de Freguesia de Lisboa  
Porto de Lisboa



#### +informações

Diretamente no estabelecimento de ensino  
Departamento da Atividade Física e do Desporto  
t. 213 501 332 email dafd@cm-lisboa.pt

[www.lisboa.pt](http://www.lisboa.pt)



Programa Municipal de  
Desenvolvimento dos  
**DESPORTOS NÁUTICOS**  
em Lisboa



## CLUBES DE MAR

A cidade de Lisboa está a recuperar a sua vocação marítima e a democratizar o acesso ao Tejo através do Programa Municipal de Desenvolvimento dos Desportos Náuticos em Lisboa, que promove a prática de Remo e Vela no rio.

O programa CLUBES DE MAR teve início em 2015 e pretende contribuir para o desenvolvimento das competências formativas dos alunos do ensino básico que frequentam as escolas públicas do concelho de Lisboa. É integralmente gratuito para os alunos e desenvolvido em parceria com as juntas de freguesia, os agrupamentos de escolas e os clubes náuticos da cidade.

## DESTINATÁRIOS

Os alunos do 2º Ciclo do ensino básico devem começar pela Vela, enquanto os do 3º ciclo do ensino básico devem realizar o Remo.

Caso os alunos que, num ano letivo, realizem uma das modalidades, poderão inscrever-se na outra modalidade no ano seguinte, independentemente do ano letivo que se encontrem a frequentar.

Os alunos portadores de deficiência poderão realizar a atividade de Vela Adaptada de acordo com determinadas condições.

## ATIVIDADES

O programa é desenvolvido em 2 turnos (de outubro a dezembro; de março a maio) e composto por 11 sessões de ensino de Vela e 11 sessões de ensino de Remo, agendadas de acordo com a disponibilidade das escolas. As aulas, teóricas e práticas, realizam-se semanalmente nas docas de Santo Amaro, Alcântara e Belém e são lecionadas por técnicos dos clubes náuticos devidamente credenciados pelas Federações Portuguesas de Remo e de Vela.

As atividades são desenvolvidas em ambientes totalmente controlados.

## CONDIÇÕES DE ACESSO

Frequentar uma escola pública de Lisboa (inscrição exclusiva via escola)

Realizar o teste “Saber Nadar” nas piscinas de Lisboa, previamente agendado.

Alfama	210 938 102
Alvito	211 354 426
Areeiro – Supera	218 471 601
Arroios	218 160 970
Boavista	210 109 349
Campo Grande - Go Fit	217 653 464
Campo de Ourique	213 869 541
Casal Vistoso	218 170 107
Clube Nacional de Natação	213 933 430
Clube VII	213 848 300
Olivais – Go Fit	218 510 928
Oriente	210 311 707
Rego	219 363 086
Restelo	210 132 386
Santa Clara	211 165 323
Sporting Clube Portugal	217 516 361
Vale Fundão	218 377 000