



# Escola de Judo Ana Hormigo

**Assunto:** Estágio Ávila – Espanha 2022

O nosso clube irá participar no Estágio de Ávila – Espanha, organizado pelo Judo Clube Doryuko, a realizar nos dias 15, 16 e 17 de julho 2022, com os seguintes atletas.

Martim Louro	Eduardo Sousa	Maria Fazenda	Beatriz Grecu
Afonso Dias	Ana Ramalinho	Rafael Mendonça	Beatriz Barata
Gabriel Esteves	Xavier Pisco Gameiro	Dinis Miranda	Maria Bernardino
<b>Treinadores:</b> Abel Louro e José Duarte			

Saída	Dia 15 de julho, 13:00 h de Castelo Branco (Rotunda da Europa) e 13:30 h de Alcains (Largo de Santo António).
O que deve levar	Saco desportivo, Judogi Branco, Equipamento do clube (fato de treino, t-shirt, sweats...), Roupa desportiva, Roupa casual, Roupa interior, Chinelos, 1 Par de Ténis, Produtos de higiene, Fato de banho, Toalha, Saco de plástico (para roupa suja), Medicamentos necessários. (Importante: identificar todo o equipamento do clube com o nome).
Mochila	Bolachinhas, carteira com documentos e valores, aparelhos eletrónicos (telemóveis, MP3...).
Nas viagens	Calções + t-shirt do clube + ténis ou chinelos.
Documentos necessários	Bilhete de Identidade e Cartão Europeu de Saúde (solicitar na segurança social, é gratuito), autorização de saída para o estrangeiro devidamente assinada e reconhecida.
Chegada	17 de julho, 21:00 h em Alcains (Largo de Santo António), 21:30h em Castelo Branco (Rotunda da Europa) Previsão...
Contatos	Abel Louro - 961163839
Inscrição	Deve ser realizada através de autorização anexa e com o respetivo valor de participação de cada atleta no estágio supracitado, de um custo total de 25,00 € (vinte cinco euros).



## Estágio de Ávila - Espanha

(entregar até 1 de Julho de 2022 ou avisar o clube através de email ou sms)

Autorizo o meu educando, \_\_\_\_\_ nascido no ano de \_\_\_\_\_, do núcleo de \_\_\_\_\_ a participar no Estágio de Ávila - Espanha.

Enc. de Educação: \_\_\_\_\_ Data: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

