



= SURF =
DOCUMENTO DE ACOLHIMENTO
2020

*Bem vindo ao **PTMSC**,*

*O PTMSC foi fundado em 2014 por iniciativa de Francisco Canelas e mais 56 sócios fundadores, com o objectivo de desenvolver a nível desportivo, social e cultural as modalidades **SURF, SKATE, BODYBOARD e SUP** em Portimão, em 5 anos conseguimos juntar mais de 500 associados.*

*A **Praia da Rocha** é a praia com ondulação mais consistente na Costa de Sul de Portugal e o sítio ideal para o início da prática de surf. Hoje em dia temos centenas de jovens a praticar surf em Portimão. O lugar mais seguro e tranquilo para a aprender a surfar é no meio da praia, se tens algum nível e gostas de desafiar limites o pico que rebenta junto ao molhe é o mais exigente e apetecido.*

*A nossa sede está situada precisamente na Área Desportiva da Praia da Rocha e o nosso **horário** de funcionamento é de **terça a domingo das 9h00 às 17h00**.*

*O **Surf** teve origem no séc.XVI na ilha do Hawai, os nativos surfavam com “Olaias”. Mas foi nos anos 50/60 que houve o grande “boom” na Califórnia, e a partir daí espalhou-se por todo o mundo sobretudo na Austrália, Brazil e África do Sul, onde se desenvolveram várias pranchas e materiais ao longo dos tempos. Em Portimão as primeiras pranchas e os primeiros surfistas apareceram por volta dos anos 80.*

*Lugares como a Nazaré, Peniche, Ericeira e Algarve fazem de Portugal o melhor sítio da Europa e dos melhores do mundo para a prática de Surf, a prova disso é a evolução dos atletas Portugueses, hoje em dia **Portugal** tem vários **Campeões Europeus e Mundiais de Surf**.*

A **Academia de Surf do PTMSC** é conhecida por ter uma forte equipa de competição que tem sido liderada pelo diretor desportivo e multicampeão **Francisco Canelas**. Nestes 5 anos conquistamos vários títulos regionais, nacionais e internacionais o que torna a Academia PTMSC numa referência Internacional. No entanto o nosso principal objectivo é passar bons valores aos nossos atletas, uma boa educação, respeitar as pessoas, promover um estilo de vida saudável, valorizar a Natureza e proporcionar bons momentos, divertidos e inesquecíveis.

Formamos atletas **a partir dos 5 anos de idade** e ninguém têm necessariamente de saber nadar. A academia é composta por vários níveis:

INICIAÇÃO

- 1) Introdução ao meio aquático
- 2) Aprendizagem do “stand up”
- 3) Aprendizagem das regras de segurança.
- 4) Viajar na espuma com controlo e segurança.

INTERMÉDIO

- 1) Passar a rebentação e chegar ao “line up”.
- 2) Saber esperar e escolher ondas.
- 3) Aprendizagem do “drop”.
- 4) Começar a “cortar” a onda.

AVANÇADO

- 1) Aprendizagem das primeiras manobras.
- 2) “Desenhar” uma boa linha de onda.
- 3) Finalizar a onda com velocidade estilo e força.
- 4) Participação em campeonatos.

As **aulas na Praia da Rocha** realizam-se nos seguintes **horários**:

Quarta feira: 14h30 - 16h30

Sábado: 9h00 - 11h00 e 14h00 - 16h00

Domingo: 10h00 - 12h00

As **aulas na Costa Oeste** realizam-se nos seguintes **horários**:

Quarta feira: 14h00 - 17h00

Sábado: 9h00 - 16h00

As **aulas na Piscina Municipal da Mexilhoeira Grande** realizam-se nos seguintes **horários**:

Sexta feira: 17h00 - 19h00

Segundo o Regulamento Interno do PTMSC os nossos **atletas** têm os seguintes **direitos**:

_Acesso a material para a prática de Surf durante todo o ano. (horário do clube)

- _Acesso aos balneários com duchas de água quente do edifício da Área Desportiva da Praia da Rocha durante todo o ano.*
- _Registo na Federação Portuguesa de Surf*
- _Atestado médico Gratuito*
- _Seguro Desportivo*
- _Aulas com a duração de 90 min coordenadas por um treinador credenciado.*
- _Aulas com material adequado e em boas condições.*
- _Apoio logístico e financeiro durante a participação de competições.*

*Assim como os pais/ **atletas** têm os seguintes **deveres**:*

- _Pagar uma jóia no 1º acto de inscrição (10€)***
- _Regularizar a Quota Anual de Atleta PTMSC no início de cada ano (40€)***
- _Regularizar a mensalidade até dia 8 de cada mês, passado esta data o pagamento é efectuado por aula (Praia da Rocha 15€/ Costa Oeste 20€)***
- _Informar o clube com antecedência sobre as faltas de comparência nos treinos.*
- _Não perturbar os treinadores nem os atletas durante as aulas.*
- _Usar o equipamento do PTMSC nos treinos e competições.*

*As nossas **Mensalidades** têm os seguintes **valores**:*

Sub10 (Praia da Rocha)

1x semana_30€ / 2x semana_40€ / 3x semana_50€

Sub15 (Praia da Rocha)

1x semana_40€ / 2x semana_60€ / 3x semana_80€

Senior (Praia da Rocha)

1x semana_50€ / 2x semana_70€ / 3x semana_90€

Avançados (Costa Oeste)

1x semana_80€ (sabado 9h-16h) / 2x semana_120€ / 3x semana_160€

Treinos Privados

Praia da Rocha_40€ sessão

Costa Oeste_70€ sessão

*Para a **Inscrição** na academia de surf do PTMSC precisas dos seguintes **documentos**:*

- _cartão de cidadão do atleta*
- _cartão de cidadão do encarregado de educação*
- _Preencher a ficha de Associado PTMSC (anexo)*
- _Preencher a ficha de Atleta PTMSC (anexo)*
- _certificado de residência (caso seja estrangeiro)*

O **Calendário de Competições** oficiais e respectivos **APOIOS do clube** para 2020, são os seguintes:

Circuito Regional de Surf do Sul 2020 (apoio: pódio 20€)

1ª etapa, 01 e 02 de Fevereiro, Faro, FPS / CSF

2ª etapa, 08 e 09 de Fevereiro, Albufeira, FPS/A.S.C

3ª etapa, 07 e 08 de Março, Portimão, FPS / ICPTM

4ª etapa, 18 e 19 de Abril , Arrifana , FPS/ PTMSC

Campeonatos Nacionais Surf Esperanças 2020 (apoio participação: 100€)

datas e locais a anunciar pela Federação Portuguesa de Surf

Taça de Portugal de Surfing 2020 (apoio: cobertura total de todas as despesas)

data e local a anunciar pela Federação Portuguesa de Surf (Setembro)

Além dos treinos regulares e das competições o clube organiza vários **outros programas** durante os **periodos de férias**, a seu tempo iremos enviar mais informações sobre estes programas por mail:

Férias Desportivas PTMSC 2020

quando: Pascoa, Verão e Natal

onde: Praia da Rocha

duração: 5 dias das 9h às 13h

custo participação: 75€

Francisco Canelas Training Camp 2020

quando: Páscoa, Verão e Natal

onde: Peniche, Nazaré, Ericeira ou Marrocos

duração: 6 dias

custo participação: 650€ - 850€