Federação Portuguesa de Judo

mais do que um DESPORTO...
um DESPERTAR!

INSTITUIÇÃO DE UTILIDADE PÚBLICA DESPORTIVA
CONT Nº 501 515 674
MEMBRO DA UNIÃO EUROPEIA DE JUDO
E DA FEDERAÇÃO INTERNACIONAL DE JUDO
FUNDADA EM 1959

CIRCULAR Nº 36/21

ASSUNTO: Divulgação de Evento

Odivelas, 26 de abril de 2021

Exmos. Senhores,

Vimos por este meio proceder à divulgação:

→ Estágio de Competição – Porto - Matosinhos - Associação Porto

Com os melhores cumprimentos e cordiais,

Saudações Desportivas
O Presidente da FPJ

Jorge Fernandes

/AR

Estágios de Competição Norte JUDO

Porto, 14 a 16 de maio
e 18 a 20 de junho

FPJ 60 ANOS

ULS MATOSINHOS

116 ANOS SPORT CLUB DO PORTO

CLINILUZ

VIANORTE HOTEL ★★★

REPÚBLICA PORTUGUESA
SAÚDE
SNS SERVIÇO NACIONAL DE SAÚDE

GRATIDÃO FABULOSO construções, Lda.

ANTJ

TORI SPORT www.torisport.pt

DGS Direção-Geral da Saúde

Estágios de Competição Norte JUDO

Porto, 14 a 16 de maio
e 18 a 20 de junho

FPJ 60 ANOS

uls MATOSINHOS

116 anos SPORT CLUB DO PORTO

ANTJ

VIANORTE HOTEL ★★★

REPÚBLICA PORTUGUESA
SAÚDE
SNS SERVIÇO NACIONAL DE SAÚDE

CLINILUZ

GRATIDÃO FABULOSO construções, Lda.

TORI SPORT www.torisport.pt

DGS Direção Geral da Saúde

CIRCULAR N.º - 010/21

ASSUNTO: Estágio de Competição – Porto - Matosinhos

Porto, 14 de abril de 2021

Exmos. Senhores,

Vimos informar que o Sport Club do Porto, em parceria com algumas entidades e com o intuito de ajudar os judocas competidores da zona norte, obteve autorização para a execução de dois Estágios/Treinos de Competição a realizar no Porto – Matosinhos, com a seguinte calendarização:

- 14 a 16 de maio de 2021
- 18 a 20 de junho de 2021

Estão desta forma convidados clubes (seja da zona norte ou outras) a participar de forma ativa, proporcionando-se um momento que terá como objetivo a preparação para as próximas competições que surgirão após o fim do desconfinamento.

Assim sendo, solicitamos aos clubes e treinadores interessados nesta mais-valia (que até à data se revelou impossível de realizar na zona norte), que se juntem, aproveitem e inscrevam os seus competidores.

Mais se informa que estes estágios são destinados a competidores de nível Nacional e Internacional (competidores a competir no escalão sénior), estando enquadrados na redação do Art. 34.º do Dec. Lei N.º 3-A/2021 e devidamente federados na corrente época de 2021.

Local do estágio: Hotel Via Norte

Morada: EN. 14, Km 4.9 - Sentido Sul / Norte (junto à entrada da Maia)

4465 - 764 Leça do Balio | MATOSINHOS

GPS: 41º 13' 05" N 8º 37' 35" W

INFORMANOS QUE OS ESTÁGIOS TERÃO LIMITAÇÃO DE INSCRIÇÕES

A seriação será efetuada por ordem de inscrição

Programa de estágio e horários:

• **Sexta-feira** – teste covid-19 e check-in entre as 17:00 e as 18:45

- 1º Treino das 19:00 às 21:00

- Jantar às 21:30 às 22:30

• **Sábado** – PA das 7:30 às 8:30

- 2º Treino das 9:30 às 12:00

- Almoço às 13:00

- 3º Treino das 16:30 às 19:30

- Jantar às 20:30

(estão previstas nas noites de sexta-feira e sábado, tertúlias de temas relacionados com a competição)

• **Domingo** – PA das 7:30 às 8:30

4º Treino das 9:30 às 12:00 (*Almoço extra opcional*)

O Estágio contará com a presença da seguinte Equipa Técnica:

João Santos (SCPo)

Rui Veloso (SCPo)

António Boloto (DCE)

(Convidados a anunciar atempadamente)

Lembramos que será da responsabilidade de cada treinador indicar quais os atletas a inscrever nos estágios, que obrigatoriamente deverão estar federados e assegurados, bem como cumprir todas as normas e regras implementadas e descritas no regulamento específico, entretanto divulgado.

Os testes à COVID-19 a realizar para este conjunto de treinos de competição serão obrigatórios e efetuados antes do primeiro treino.

Serão adotadas as medidas de segurança formuladas nas Orientações da Direção Geral de Saúde que estejam em vigor no período do estágio.

Todos os atletas e treinadores, participantes ou não, têm de obrigatoriamente de preencher o formulário de participação.

As datas-limite para o preenchimento do formulário de inscrição (ligação abaixo) são as seguintes:

- Estágio de 14 a 16 de maio (**24h00 do dia 30 de abril**)
- Estágio de 18 a 20 de junho (**24h00 do dia 4 de junho**)

https://forms.gle/usQjiYQWPhiiQC938

É Obrigatório para todos os atletas residentes ou não nas proximidades do local de realização do Estágio, **ficarem no alojamento hoteleiro em regime de "internato"**. Não são permitidas saídas e entradas salvo casos devidamente justificados e autorizados antecipadamente pela organização.

Assim passamos a adotar as seguintes medidas:

- É obrigatório a realização dos **testes covid-19 no local e horário determinado pelo SCPorto.**
- Não é possível a apresentação de **resultados de testes** que não os feitos no local.
- Os valores a cobrar para participação a expensas próprias serão os seguintes:
  - ✓ Teste Covid-19 – 15€ (obrigatório)
  - ✓ Alojamento em quarto duplo: 20€ (pequeno-almoço incluído)
  - ✓ Alojamento em quarto Single: 38€ (pequeno-almoço incluído)
  - ✓ Refeição: 10€ (valor por refeição - almoço e jantar)

- O pagamento deverá ser efetuado para o seguinte **IBAN: PT50 0010 0000 1474 3560 0158 5** e o comprovativo enviado para judosportclubdoporto@gmail.com

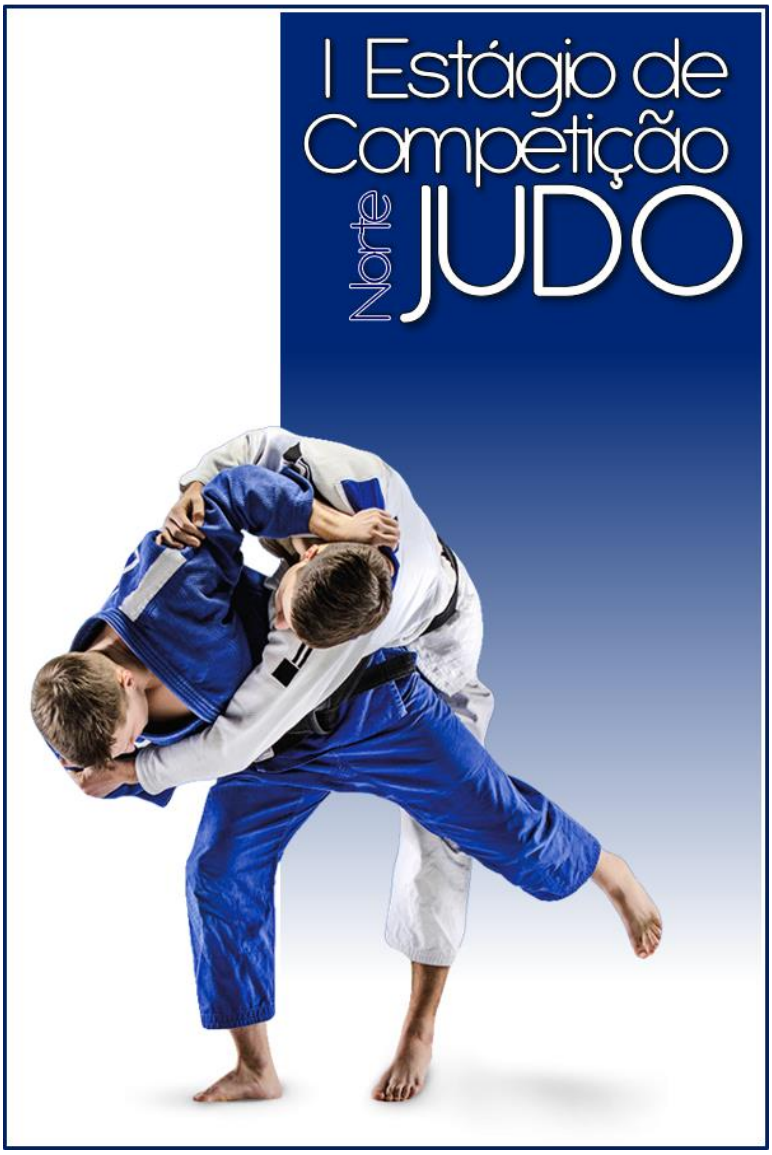
- Sempre que houver **limitação de circulação entre concelhos** os atletas e treinadores devem ter na sua posse a presente circular para **justificar a sua deslocação junto das autoridades**, bem como uma **declaração de Circulação** que será emitida pela entidade organizadora (SPORT CLUB DO PORTO) para o mesmo efeito, após validada a inscrição.

Informamos, ainda, que estas medidas são provisórias e serão sempre ajustadas às determinações das autoridades desportivas e de saúde.

Com os melhores e cordiais cumprimentos,

Saudações Desportivas,
Sport Club do Porto – Secção de Judo

Diretor de Secção/Treinador
João Mendonça Santos



REGULAMENTO ESPECÍFICO

Estágios de Competição

ESTÁGIOS DE JUDO PROMOVIDOS PELA SECÇÃO DE JUDO DO SPORT CLUB DO PORTO ABERTOS A TODOS OS CLUBES FEDERADOS

1. Introdução

Estágios de Judo de competição são destinados a atletas de judo competidores nacionais e internacionais, abrangidos na redação do Art. 34.º do Dec. Lei N.º 3-A/2021. Atletas de escalão seniores e/ou que compitam neste escalão em conformidade com as regras e leis da Federação Portuguesa de Judo.

O intuito destes estágios será potenciar a capacidade de competição dos atletas, bem como recuperar e manter a forma, mantendo o foco nas competições e nos objetivos de cada um. Na impossibilidade de os clubes poderem treinar de uma forma plena, criamos esta hipótese com todos os cuidados e regras adaptados aos tempos de pandemia que passamos.

2. Procedimentos a adotar para cada estágio

Regras de acesso aos estágios:

- Todos os participantes têm obrigatoriamente de se inscrever através da plataforma "Google Forms" fornecida no link https://forms.gle/usQjiYQWPhiiQC938

- Todos os participantes terão de ter obrigatoriamente um teste negativo à COVID-19 de base molecular com utilização de zaragatoa, com resultado negativo para ter acesso ao estágio.

- Os testes serão da responsabilidade da Cruz Vermelha Portuguesa ou outra entidade igualmente capacitada para o efeito. Os mesmos serão feitos em sala específica da unidade hoteleira. Todos os participantes têm obrigatoriamente de estar fisicamente presentes para testagem das 16:30h às 18:45h do dia de início do Estágio.

- Após teste negativo os participantes entram para check-in para dar início ao período de estágios.

- Nenhum atleta está autorizado a sair da unidade hoteleira até o final do Estágio.

Regras Gerais no alojamento:

- A estadia nos estágios será sempre em regime de internato, pelo que todos os participantes terão acesso a pensão completa. Todas as refeições serão servidas em regime de buffet a horas marcadas. A unidade hoteleira facultará uma sala específica para todas as refeições e em exclusivo para os participantes destes estágios.

- Todos os participantes devem limitar ao máximo os contactos com pessoas estranhas ao estágio.

- Todos os participantes deveram usar máscaras sempre que não estejam em contexto de treino.

- Horários e procedimentos das refeições devem ser escrupulosamente respeitados por todos os elementos integrantes do estágio.

- Não serão autorizadas quaisquer alterações de troca de quartos entre atletas.

- Os atletas devem manter a distribuição dos quartos (previamente descrita na inscrição), garantindo que os atletas na mesma habitação pertençam ao mesmo grupo de treino.

- Não serão admitidas participações de atletas que residam em freguesias que pertençam à lista publicada pelo governo, que se encontrem em calamidade pública.

Regras Gerais de Treino:

- Os atletas devem vir já equipados do quarto até à sala específica para treinos de judo. Todos os banhos pós treinos, são obrigatoriamente feitos nos quartos previamente distribuídos.

- O calçado vindo do exterior deve permanecer numa zona reservada para esse efeito, o percurso interior e até à sala destinada aos treinos, deve ser efetuada com chinelos.

- Os atletas devem encher e preparar os seus recipientes de água e/ou soluções de re-hidratação oral nos seus quartos, não sendo permitido o uso de outras instalações sanitárias do hotel.

- É expressamente proibido a partilha de recipientes de qualquer género, bem como toalhas ou qualquer artigo de uso individual.

- Manter sempre os mesmos grupos de trabalho de sessão para sessão, evitando as permutas entre grupos de trabalho.
- Apenas deve ser admitida a saudação tradicional de judo, evitando contactos desnecessários.

Programa de estágio e horários:

Relembramos que cada participante deverá respeitar e cumprir ao máximo os horários abaixo descritos para evitar atrasos ou falhas nos cumprimentos das regras.

- **Sexta-feira** – Teste covid-19 e check-in entre as 17:00 e às 18:45
  - ✓ - 1º Treino das 19:00 às 21:00
  - ✓ - Jantar às 21:30

- **Sábado** – PA das 7:30 às 8:30
  - ✓ - 2º Treino das 9:30 às 12:00
  - ✓ - Almoço às 13:00
  - ✓ - 3º Treino das 16:30 às 19:30
  - ✓ - Jantar às 20:30

- **Domingo** – PA das 7:30 às 8:30
  - ✓ - 4º Treino das 9:30 às 12:00

O Estágio terá a presença da seguinte Equipa Técnica:

- João Santos (SCPo)

- Rui Veloso (SCPo)

- António Boloto (DCE)

- (convidados)

Os atletas, quer sejam ou não residentes nas proximidades do local de realização do Estágio, são obrigados a ficar no alojamento destinado a estes estágios, evitando assim quaisquer contactos exteriores desnecessários.

Assim passamos a adotar as seguintes medidas:

- Não é possível a apresentação de resultados dos testes que não sejam feitos no local e em conformidade com o estipulado pela organização.

- Os valores a cobrar para participação serão os seguintes:

- ✓ Teste Covid-19 – 15€ (obrigatório)
- ✓ Alojamento em quarto duplo: 20€ (pequeno-almoço incluído)
- ✓ Alojamento em quarto single: 38€ (pequeno-almoço incluído)
- ✓ Refeição: 10€ (valor por refeição, almoço e jantar)

O pagamento a deverá ser efetuado para o seguinte:

IBAN:PT50 0010 0000 1474 3560 0158 5 e o comprovativo enviado para judosportclubdoporto@gmail.com

- Sempre que houver limitação de circulação entre concelhos os atletas convocados devem ter na sua posse a presente circular para justificar a sua deslocação junto das autoridades.

- Saída das instalações na conclusão do último treino de domingo.

- Todos os participantes devem deixar todos seus pertences devidamente acondicionados nos quartos no domingo de manhã antes do último treino, para que após o mesmo possam fazer check-out o mais rápido possível.

- Para qualquer assunto poderá sempre contactar diretamente com o coordenador responsável, João Mendonça Santos - +351 919 391 025

Saudações Desportivas

Sport Club do Porto – Secção de Judo

SPORT CLUB DO PORTO

Diretor de Secção/Treinador
João Mendonça Santos

TERMO DE RESPONSABILIDADE

Eu, _____, portador do documento de identificação n.º _____, agente desportivo federado da modalidade de Judo no clube _____, como o mail _____@_____ e contacto telefónico _____, declaro por minha honra, que:

1. Adotarei um comportamento socialmente responsável, cumprindo de forma exemplar as medidas gerais recomendadas pela Direção-Geral da Saúde, na minha vida em sociedade e durante a prática desportiva, designadamente, a etiqueta respiratória, a higienização frequente das mãos, e, sempre que aplicável, o distanciamento físico e a utilização de máscara;

2. Comprometo-me a utilizar máscara em todas as situações previstas e recomendadas pelas autoridades de saúde;

3. Monitorizarei os meus sinais e sintomas, nomeadamente febre, tosse e dificuldade respiratória, durante a prática desportiva, quer em contexto de treino quer em competição, em particular, nas vésperas e no dia do treino e competição;

4. Informarei o meu clube ou federação, de imediato, relativamente a eventuais contactos com indivíduos suspeitos de COVID-19 ou com casos confirmados de infeção por SARS-CoV-2, bem como da manifestação de sinais e sintomas de COVID-19, nomeadamente febre, tosse, ou dificuldade respiratória. Aplicarei esta mesma regra a todos os elementos do meu agregado familiar;

5. Aceito submeter-me a todos os testes e exames laboratoriais determinados pela equipa médica do meu clube, federação ou pelas Autoridades de Saúde;

6. Participarei, sempre que solicitado, nas iniciativas de cariz social e educativo de sensibilização de todos os agentes desportivos e da sociedade para a prevenção e controlo da COVID-19.

_____ de _____ de 202__

Assinatura:

_____

Assinatura do Encarregado de Educação (no caso de agentes desportivos menores de idade):

_____

Alameda D. Afonso Henriques, 45 | 1049-005 Lisboa – Portugal | Tel: +351 21 843 05 00 | Fax: + 351 21 843 05 30 |
E-mail: geral@dgs.min-saude.pt | www.dgs.pt