



Bem-vindos ao CVO,

Escrevemos-lhe esta carta com todas as informações que pensei que lhe fossem úteis no que ao minivoleibol diz respeito.

O CVO disponibiliza 3 treinos semanais, com um horário que permite aos atletas treinar depois das suas aulas, terminado a uma hora que facilita aos Encarregados de Educação organizar a sua rotina diária (2.ª, 4.ª e 5.ª, das 18:00 às 19:30, na Escola Conde de Oeiras). Os escalões de Minis A (até aos 10 anos inclusive) e Minis B (11 e 12 anos) treinam no mesmo horário, no mesmo local, o que viabiliza uma maior inclusão e diferenciação do ensino que contemple os ritmos de aprendizagem de cada um.

Teremos um espaço dedicado a aprendizagens de base (introdução à prática) e outro dedicado a quem já domina essas competências. O treinador explicará como vão funcionar os treinos. Pode ser tudo realizado num grupo, ou algumas tarefas num grupo e outras noutro. Caso já cá tenha um(a) amigo(a) procuraremos que treinem juntos durante a sua integração! Este escalão está aberto para captações durante toda a época, pelo que caso tenha um familiar ou amigo para partilhar esta nova experiência traga-o que serão bem recebidos! Os treinos são orientados por um conjunto de treinadores que asseguram o correto acompanhamento da prática.

Os nossos treinadores são certificados pela Federação Portuguesa de Voleibol (FPV), com experiência ao nível do treino de jovens e a coordenação é realizada por Treinadores e Professores de Educação Física devidamente certificados. O sistema competitivo nestas idades respeita a necessidade de tempo livre dos atletas, sendo organizado sob a forma de "Encontros de Minivoleibol", que decorrem com uma periodicidade de cerca de 1 ou 2 competições por mês, no período de Outubro-Junho, num total de cerca de 12 por época desportiva. Estes encontros são jogados com equipas de 2x2 (Minis A) ou 4x4 (Minis B), em grandes pavilhões, com todas as equipas inscritas da Associação de Voleibol de Lisboa (em média cada equipa realiza 3 ou 4 jogos por encontro).

É costume estes encontros serem realizados aos Sábados de manhã (entre as 09:00 e as 13:30) e em locais próximos (Oeiras, Estoril, Belém, Lisboa, etc). Os transportes para os encontros, salvo indicação pontual contrária por parte do CVO, são da responsabilidade dos Encarregados de Educação. As datas e locais dos torneios serão enviados via e-mail para o endereço indicado na ficha de sócio, assim que estiverem estabelecidos pela entidade organizadora. Esta informação será reenviada antecedendo cada encontro.

Para a inscrição terá de preencher os impressos que estão disponíveis na [secretaria online](#) do clube. Se necessitar de ajuda no processo, poderá contactar o secretário do clube através do email (geral@voleiboloeiras.com) ou através do horário de atendimento todas as quartas feiras entre as 18:00 e as 19:15 na Escola Conde de Oeiras (no local de treino). Em alternativa e, se o assunto for urgente, poderá dirigir-se aos treinadores. Será necessário o seguinte:

- [Ficha de Sócio do CVO](#);
- Ficha de Inscrição da FPV (após facultar os restantes documentos);



- Entrega de uma fotografia tipo passe,
- Digitalização/Fotocópia do Cartão de Cidadão do Encarregado de Educação e do Atleta;
- [Termo de Responsabilidade](#);
- [Consentimento de Dados Pessoais](#);
- [Exame Médico Desportivo](#).

O Exame Médico Desportivo será fundamental para que o(a) atleta possa usufruir do seguro desportivo. Pode ser realizado com a ajuda do CVO, através de uma unidade móvel que se desloca às instalações do CVO pontualmente. Caso não seja possível realizar desta forma poderá ser realizado no médico de família, pediatra, Centro de Medicina Desportiva, ou qualquer unidade Hospitalar ou Centro de Saúde. Em todos os casos será necessário um formulário próprio que deverá ser solicitado ao CVO (carrega acima), cabendo ao Encarregado de Educação o pagamento deste exame médico. O Exame Médico Desportivo tem uma validade anual, caducando no início da época desportiva seguinte.

Possibilitamos um período experimental de uma semana de treinos para os novos atletas que assim o desejarem. No entanto, sendo um período experimental não está o atleta segurado, por não estar ainda inscrito, pelo que para usufruir desta possibilidade solicitamos ao Encarregado de Educação que assuma total responsabilidade por qualquer acidente que ocorra com o seu educando durante os treinos de Voleibol até que a sua inscrição esteja devidamente regularizada junto da Associação de Voleibol de Lisboa. Para isso deve entregar o [termo de responsabilidade](#) aos treinadores no 1º treino. A escola onde decorrem os treinos tem um seguro que contempla acidentes causados por motivos inerentes ao estado do material escolar. Sendo que, como o CVO aluga o espaço à escola usufrui dessa situação. De qualquer forma poderá obter esclarecimento junto da Direção do CVO, se assim o entender, através do email: **geral@voleiboloeiras.com**

As [tabelas de quotas](#) encontram-se expostas no site do CVO no separador secretaria: **www.voleiboloeiras.com** Qualquer pagamento realizado deverá ser feito para o IBAN: PT50 0033 0000 00142142928 05 (CVO), e enviado um e-mail comprovativo para fin@voleiboloeiras.com, indicando em descritivo o motivo do pagamento, o nome do(a) atleta e o seu escalão.

Para encomendar o equipamento deverá aceder ao site do clube no [separador loja](#). Deve ler todas as indicações e encomendar junto do fornecedor indicado no site. O kit indicado e obrigatório para a equipa de minivoleibol é: **KIT MINI VOLEI MAS/FEM**.

Caso a entrada do atleta decorra após o mês inicial (setembro) deverá informar via email acima referindo o nome do(a) atleta e data de entrada. Espero que esta informação o ajude e que tenha sido útil. Mantenho disponibilidade para qualquer eventualidade através do e-mail minis@voleiboloeiras.com.

A Equipa Técnica e Direção