

Associação de Atletismo “Lebres do Sado”

Plano Anual de Atividades

Ano 2015



Introdução

Em 2015 a Associação de Atletismo Lebres do Sado pretende dar continuidade às suas diferentes atividades.

A apresentação deste Plano de Atividades traduz uma linha de continuidade quanto ao desenvolvimento da nossa associação, assim como à orientação das atividades julgadas fundamentais para o progresso da mesma, num ano em que comemoramos o nosso décimo sétimo aniversário.

Continuaremos a desenvolver as nossas atividades nas diferentes modalidades tendo como base principal para a sua implementação os recursos humanos que constituem as Lebres do Sado, assim como o meio geográfico onde nos situamos. Numa altura em que a Serra da Arrábida se candidata a património mundial, estas atividades assumem uma importância maior pela responsabilidade que acarreta em organizar eventos numa área protegida, nomeadamente em termos ambientais e ecológicos. Tem sido uma preocupação constante das Lebres do Sado, procurar que, em todos os eventos que organizamos na Serra da Arrábida, sejam respeitadas as regras ambientais relativamente ao lixo, aos detritos ou a ruídos, cumprindo assim com as orientações emanadas pelo Parque Natural da Arrábida, procurando minimizar o impacto na Serra da Arrábida.

Este plano de atividades, aqui apresentado, cumpre assim com determinados objetivos desportivos, levando à promoção de práticas saudáveis junto dos nossos atletas, mas também junto de outras pessoas que se juntam a nós nos diferentes eventos que organizamos.

Procuramos também, de uma forma continuada, promover a angariação de receitas de modo a que o clube possa continuar a desenvolver as suas ações embora os subsídios e outros apoios pontuais continuem a ter uma importância primordial. Com mais ou menos apoios a Associação de Atletismo Lebres do Sado continua a ser vista como um clube sério, com pessoas sérias; como um clube credível e com pessoas credíveis.

E é com base nessa credibilidade, que instituições não só públicas, mas também privadas, procuram as Lebres do Sado e nos solicitam apoio para a realização de provas, sejam elas corridas de estrada, trail ou caminhadas, como também nos propõem provas e eventos.

A credibilidade de que hoje dispomos foi sendo solidamente construída ao longo dos anos pelo que, sempre que possível e, obviamente com a indispensável e preciosa ajuda dos recursos humanos ao nosso dispor, procuraremos continuar a satisfazer as mais diversas e desafiantes solicitações.

Secção de Atletismo

Esta secção continuará em 2015 a ser o pilar desportivo do nosso clube. Procuraremos manter o apoio nas diferentes provas onde os nossos atletas participam, seja em provas de estrada ou trail – modalidade que tem ganho cada vez mais adeptos.

As Lebres do Sado é actualmente, incontestavelmente, um dos maiores clubes da cidade de Setúbal, não apenas pelo número de atletas que a representam mas também pelo número de provas realizadas. Como pode ser verificado no Relatório de Atividades e Contas de 2014 os atletas levaram as cores do clube e da cidade a diversos locais por todo país e algumas no estrangeiro.

De salientar que este ano as Lebres pretendem organizar uma prova que é rara no calendário nacional, um trail – maratona em modo de estafeta com equipas de dois atletas que percorrerão cada um aproximadamente 21quilómetros. Existe ainda a pretensão de modificar o Grande Prémio da Arrábida, este ano na sua décima edição; está equacionada a partida e chegada para o Parque do Bonfim e a distância aumentada para os 15 quilómetros. As restantes características mantêm-se.

Tal como em anos transactos, também este ano, o clube não assumirá as inscrições para as provas que se venham a realizar no mês de Agosto, as meias – maratonas das pontes 25 de Abril e Vasco da Gama. Corridas Solidárias e naquelas que coincidam nos dias de outros eventos do clube, no seu aniversário ou no Jantar de Natal.

Calendário das atividades da Secção de Atletismo

Datas	Provas	Distâncias	Locais
26 Abril	VII Raid Atlético Vale dos Barris	30K / 15K	V. Barris - Palmela
23 Maio	I Trail – Estafeta da Arrábida	42K (21+21)	Setúbal
4 Julho	III Marginal do Rio Azul *	10K	Setúbal
5 Setembro	V Trail Nocturno da Lebres	15K	V. Barris - Palmela
19 Setembro	III Légua Nudista do Meco**	5K	Praia do Meco
22 Novembro	X G. P. da Arrábida	15K	Setúbal-Palmela

* Em parceria com os Jogos do Sado / CMS.

** Em parceria com o clube Naturista do Centro e Federação Portuguesa de Naturismo.

Nota: As datas constantes neste quadro poderão sofrer alterações.

Secção de Pedestrianismo

Nesta secção e durante o ano de 2015 tentaremos manter a continuidade na organização das nossas caminhadas pelo Parque Natural da Arrábida, apesar das limitações impostas pela legislação do ICNF-PNA.

Apesar da tentativa desta associação realizar todas as actividades sempre dentro do enquadramento legal em vigor vimo-nos no ano 2014 confrontados com obstáculos difíceis que estamos ainda a tentar superar mas continuamos empenhados em desenvolver as actividades a que nos propomos. Para o facto continuamos a desenvolver contactos com o ICNF-PNA e os Jogos do Sado com o objectivo das Lebres continuarem a promover a prática e o incentivo desportivo e de recreio.

Para além das actividades que constam no quadro do calendário para este ano é intenção também a de organizar o tradicional circuito de Peddy Papers e alguns Passeios / Caminhadas. Não existe contudo, à data deste relatório, datas definidas, sendo que serão divulgadas assim que oportuno e pelos meios habituais.

Calendário das atividades da Secção de Pedestrianismo

Datas	Provas	Distâncias	Locais
15 Março	Peddy Paper Jogos do Sado *	11K	Setúbal
6 Junho	IV Marcha dos 3 Castelos *	44K	Sesimbra-Palmela-Setúbal
11 Julho	VIII Brisa Nocturna	26K	Praia da Figueirinha
22 Novembro	X Caminhada G.P. da Arrábida	8K	Setúbal

* Em parceria com os “Jogos do Sado”.

Nota: As datas constantes neste quadro poderão sofrer alterações.

Secção de Orientação

Modalidade que no passado apresentou excelentes resultados e que por isso muito dignificou esta associação, necessita da integração de elementos que tragam novamente dinamismo a esta secção. Fica desde já o apelo aos que se sintam capazes de devolver ao clube o grau de participação que as Lebres do Sado merecem e que, continue assim, a justificar a ligação à modalidade.

Secção de Ciclismo e BTT

No último plano anual de actividades apelava-se à entrada de novos e motivados elementos que ajudassem à promoção desta modalidade. Pois é com muito agrado que se regista que neste momento as Lebres do Sado contam já com um grupo de sócios e atletas que estão a desenvolver, entusiasticamente, diversas actividades ligadas ao ciclismo e BTT.

Além de passeios, treinos e participações oficiais em provas da especialidade devidamente divulgadas pela internet e redes sociais encontra-se já agendado o I Passeio de Cicloturismo das Lebres do Sado para o próximo mês de Maio.

Está presentemente equacionada a realização de mais eventos que serão oportunamente divulgados pelos meios habituais; www.lebresdosado.pt e BTT- Lebres do Sado no Facebook.

Data	Prova	Distância	Local
24 Maio	I Passeio Cicloturismo Lebres do Sado	55K	Setúbal-Palmela-Azeitão

Sócios

As Lebres do Sado pretendem continuar empenhadas em aproximar os sócios, atletas e seus familiares do clube; não só promovendo actividades desportivas ou de recreio mas também oportunidades de confraternização e convívio. Para o efeito e para homenagem daqueles que mais se distinguiram durante o ano, como tradicionalmente, será realizado em Dezembro o Jantar de Natal.

Com o mesmo objectivo e a meio do ano por altura próxima do aniversário da associação realizar-se-á também um almoço em local e data a anunciar assim que oportuno.

Para este ano continua em vigor o protocolo que a Associação de Atletismo Lebres do Sado efetuou com a Associação de Socorros Mútuos Setubalense. Este protocolo permite o acesso dos sócios e seus cônjuges a um serviço de saúde diversificado e de qualidade.

Comunicação e Contatos

Durante o ano continuaremos a privilegiar a comunicação com os sócios e todos os demais que, mesmo não sejam associados, têm uma colaboração ou participação mais próxima com o clube. Apostaremos também na divulgação das diversas actividades através de fotografias e vídeos e através de outros meios de comunicação; sítios na internet especializados, revistas e jornais.

Para além da página web, www.lebresdosado.pt que procuraremos sempre manter o mais actualizada possível dispomos ainda no Facebook de mais três páginas:

Lebres do Sado – com mais de 1700 membros;

BTT- Lebres do Sado – recém-criado para os mais interessados em ciclismo mas já com 120 membros;

Atletas Lebres do Sado – com acesso restrito apenas a sócios do clube.

Mantém-se a intenção de abrir a sede, sito em Praceta Francisco Peralta - Casal das Figueiras, 2900-709 Setúbal, ao primeiro Sábado de cada mês, das 15h às 18h, excepto no mês de Agosto. Para além das formas já referidas anteriormente mantêm-se as habituais:

Associação de Atletismo Lebres do Sado
Apartado 32 EC Bonfim
2901-901 Setúbal

Mail: lebresdosado.geral@gmail.com

Previsivelmente, algumas, ou a totalidade das secções de Atletismo, BTT, Orientação e Pedestrianismo passarão a contar com novos contactos que serão divulgados logo que apurados.

Outras entidades, protocolos e parcerias

Procuraremos igualmente estabelecer ou reafirmar parcerias, colaborações ou protocolos junto de outras entidades públicas ou privadas por forma a reforçar uma acção de proximidade e entre ajuda que permita a concretização de todo este plano de actividades para o presente ano de 2015.

Previsão Orçamental

A previsão aqui apresentada visa o equilíbrio que devem pautar as receitas e as despesas, procurando uma gestão o mais rigorosa possível dos recursos existentes, salvaguardando a saúde financeira do clube.

As Lebres do Sado não podem entrar em euforias ou em despesas menos calculadas. Só desta forma estará assim clube capaz de levar a cabo as propostas emanadas deste Plano de Atividades e de todos os eventos nele descrito.

Receitas e Despesas

Receitas		Despesas	
Quotas e Jóias	2000,00 €	Secções	1500,00 €
Secções	1400,00 €	Despesas administrativas	1000,00 €
Subsídios e Donativos	1500,00 €	Consumíveis	1400,00 €
Diversos	100,00 €	Transportes	1000,00 €
		Outros	100,00 €
Total	5000,00€	Total	5000,00€

Receitas e Despesas – Totais e Saldo

Receitas	Despesas	Saldo
5000,00€	5000,00€	0,00 €

