



**Associação de Atletismo Lebres do Sado**



**Plano Anual de Atividades  
2022**

## Introdução



A apresentação deste Plano Anual de Atividades continua naturalmente condicionada pelo estado pandémico provocado pelo novo coronavírus SARS-CoV-2, responsável pela doença Covid-19 e que continua a impedir profundamente o desenvolvimento das nossas habituais atividades.

Nesta sequência, sem as devidas e oficiais autorizações das autoridades e conscientes que temos de respeitar todas as diretivas superiormente emanadas pelo governo, somos obrigados a continuar a adiar ou cancelar todas as provas e iniciativas que estão ainda previstas neste Plano Anual de Atividades 2022.

Continuaremos a aguardar paciente e responsabilmente que as respetivas autoridades e parceiros autorizem ou possam colaborar na retoma das atividades que, continuam da nossa parte, preparadas para realizar assim que possível.

Na possibilidade de ainda ser possível a realização de eventos continuaremos focados no cumprimento das diversas regras ambientais nomeadamente no que diz respeito ao lixo, aos detritos ou a ruídos, cumprindo assim com as orientações emanadas pelo Parque Natural da Arrábida, procurando minimizar o impacto na serra. Continuamos por isso conscientes da responsabilidade que acarreta a organização de eventos numa área protegida, como é o caso da “nossa” Serra da Arrábida, particularmente em termos ambientais. 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 levamos a cabo.

Como não podia deixar de ser, procuraremos também de uma forma continuada, promover a angariação de receitas. Com mais ou menos apoios a Associação de Atletismo Lebres do Sado continua a ser vista como uma associação séria e credível. Esta confiança 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.

## Atletismo



Esta modalidade continuará em 2022 a ser um dos pilares desportivos desta associação. Procuraremos manter o apoio nas diferentes provas onde os nossos atletas participam, seja em provas de estrada ou “trail running”.

As Lebres do Sado continuam a ser, incontestavelmente, uma das maiores associações da cidade e da região de Setúbal, não apenas pelo número de atletas que a representam, mas também pelo número de provas realizadas.

Como habitualmente esta associação continuará a assumir as participações em inscrições dos seus associados em todos os eventos de atletismo, pedestrianismo, orientação e ciclismo até ao valor máximo de 6€ por prova.

### Calendário das atividades da modalidade de Atletismo para o ano de 2022

<b>Data</b>	<b>Evento</b>
2º semestre	8ª Marginal do Rio Azul (1)
4 setembro	4º Trilho das Cruzes (2)
20 novembro	16º Grande Prémio da Arrábida

(1) Em colaboração com os Jogos do Sado / C. M. Setúbal.

(2) Em colaboração com a AMAG - Associação de Moradores da Aldeia Grande.

**Nota:** As datas constantes neste quadro poderão sofrer alterações.

## **Pedestrianismo e Peddy-Paper**



Atualmente outro dos pilares desportivos desta associação são as atividades pedestres. Para o ano de 2022 tentaremos manter a continuidade na organização de diversas caminhadas pelo Parque Natural da Arrábida, respeitando as limitações impostas pela legislação do ICNF-PNA.

Como pode ser verificado no Relatório de Atividades e Contas de entre 2015 e 2021, realizaram-se caminhadas no decurso de protocolos, entre outros, com a Junta de Freguesia de S. Sebastião – Setúbal, Comissão de Festas em Honra de N<sup>a</sup> Sr<sup>a</sup> da Escudeira - Palmela e Associação de Moradores da Aldeia Grande. Pretendemos e temos a perspetiva de dar continuidade a estes eventos. Não existe, contudo, à data deste relatório, datas definidas ou confirmações para todos os eventos previstos, sendo que serão divulgadas assim que oportuno e pelos meios habituais.

### **Calendário das atividades da modalidade de Pedestrianismo e Peddy-Paper para o ano de 2022**

<b>Data</b>	<b>Evento</b>
5 março	Caminhada Dia da Mulher (3)
21 maio	26 <sup>a</sup> Caminhada S. Sebastião (3)
4 junho	9 <sup>a</sup> Marcha dos 3 Castelos (1)
18 junho	1 <sup>a</sup> Marcha da Costa Atlântica
26 junho	27 <sup>a</sup> Caminhada de S. Sebastião (3)
9 julho	11 <sup>a</sup> Brisa Noturna da Arrábida (2)
24 julho	28 <sup>a</sup> Caminhada de S. Sebastião (3)
4 setembro	29 <sup>a</sup> Caminhada de S. Sebastião (3)
25 setembro	30 <sup>a</sup> Caminhada de S. Sebastião (3)
Setembro	Peddy-Paper “Safari na encosta de S. Paulo”
2 <sup>o</sup> semestre	3 <sup>a</sup> Grande Caminhada da Aldeia Grande (4)

(1) Em colaboração com a Câmara Municipal de Setúbal.

(2) Em colaboração com a União de Freguesias de Setúbal.

(3) Em colaboração com a Junta de Freguesia de S. Sebastião.

(4) Em colaboração com a Associação de Moradores da Aldeia Grande.

**Nota:** As datas constantes neste quadro poderão sofrer alterações.

## Orientação e Ciclismo / BTT



Não estão previstos quaisquer eventos, em termos de organização ou participação, para estas modalidades.

---

## Sócios



As Lebres do Sado pretendem continuar empenhadas, sempre que possível, em aproximar os sócios, atletas e seus familiares; não só promovendo atividades 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, tentaremos realizar em dezembro o Jantar de Natal, caso seja possível.



Se as condições à data do nosso 24º aniversário forem favoráveis, iremos ponderar realizar um almoço convívio acompanhado de alguma atividade desportiva e/ou outras iniciativas possíveis.

## Comunicação e Contatos



Durante o ano de 2022 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 atividades através de fotografias, vídeos e através de outros meios de comunicação; sítios na internet especializados, revistas e jornais.

Para além da página web, [www.lebresdosado.pt](http://www.lebresdosado.pt) , que procuraremos sempre manter o mais atualizada possível, continuaremos a dispor ainda no Facebook de mais três páginas:

[Associação de Atletismo Lebres do Sado](#)

[Lebres do Sado](#)

[Atletas Lebres do Sado](#)

Para atendimento presencial aos sócios, apenas quando solicitado e sempre que possível vamos proceder à abertura da sede, sito em:

Praceta Francisca Peralta  
Casal das Figueiras  
2900-709 Setúbal

Para além das formas já referidas anteriormente mantêm-se as habituais:

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

eMail: [lebresdosado.geral@gmail.com](mailto:lebresdosado.geral@gmail.com)

eMail (exclusivamente para inscrições em eventos realizados pelas Lebres do Sado):  
[lebresdosado.inscricoes@gmail.com](mailto:lebresdosado.inscricoes@gmail.com)

## **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 ação de proximidade e de entre ajuda que permita a concretização de todo este plano de atividades para o presente ano de 2022.

Toda a informação, novidades e atualizações no que diz respeito a esta matéria pode ser encontrada pelos meios de divulgação habituais identificados no capítulo anterior.

---

## **Previsão Orçamental – Receitas e Despesas**



A previsão orçamental aqui retratada para o ano de 2021, visa o equilíbrio pelo qual as contas da A.A. Lebres do Sado se devem pautar, tal como tem acontecido nos anos anteriores.

A gestão de uma associação como esta passa por gerir de uma forma cuidada e responsável, os recursos existentes (sabendo de antemão que os mesmos são escassos e limitados), procurando assim a dinamização da nossa associação e levando deste modo á realização e implementação deste plano de atividades para o ano de 2021.

**Previsão Orçamental - Receitas e Despesas – Totais e Saldo**

<b>RECEITAS</b>		<b>DESPESAS</b>	
QUOTAS E JÓIAS	1 000,00 €	ADMINISTRATIVAS	1 000,00 €
APOIOS / SUBSÍDIOS	5 500,00 €	CONSUMIVEIS	2 000,00 €
SECÇÕES	18 500,00 €	SECÇÕES	18 500,00 €
DIVERSOS	500,00 €	OUTROS	4 000,00 €
<b>TOTAL</b>	<b>25 500,00 €</b>	<b>TOTAL</b>	<b>25 500,00 €</b>

<b>RECEITAS</b>	<b>DESPESAS</b>	<b>SALDO</b>
25 500,00 €	25 500,00 €	0,00 €





**Associação de Atletismo Lebres do Sado © 2022**