



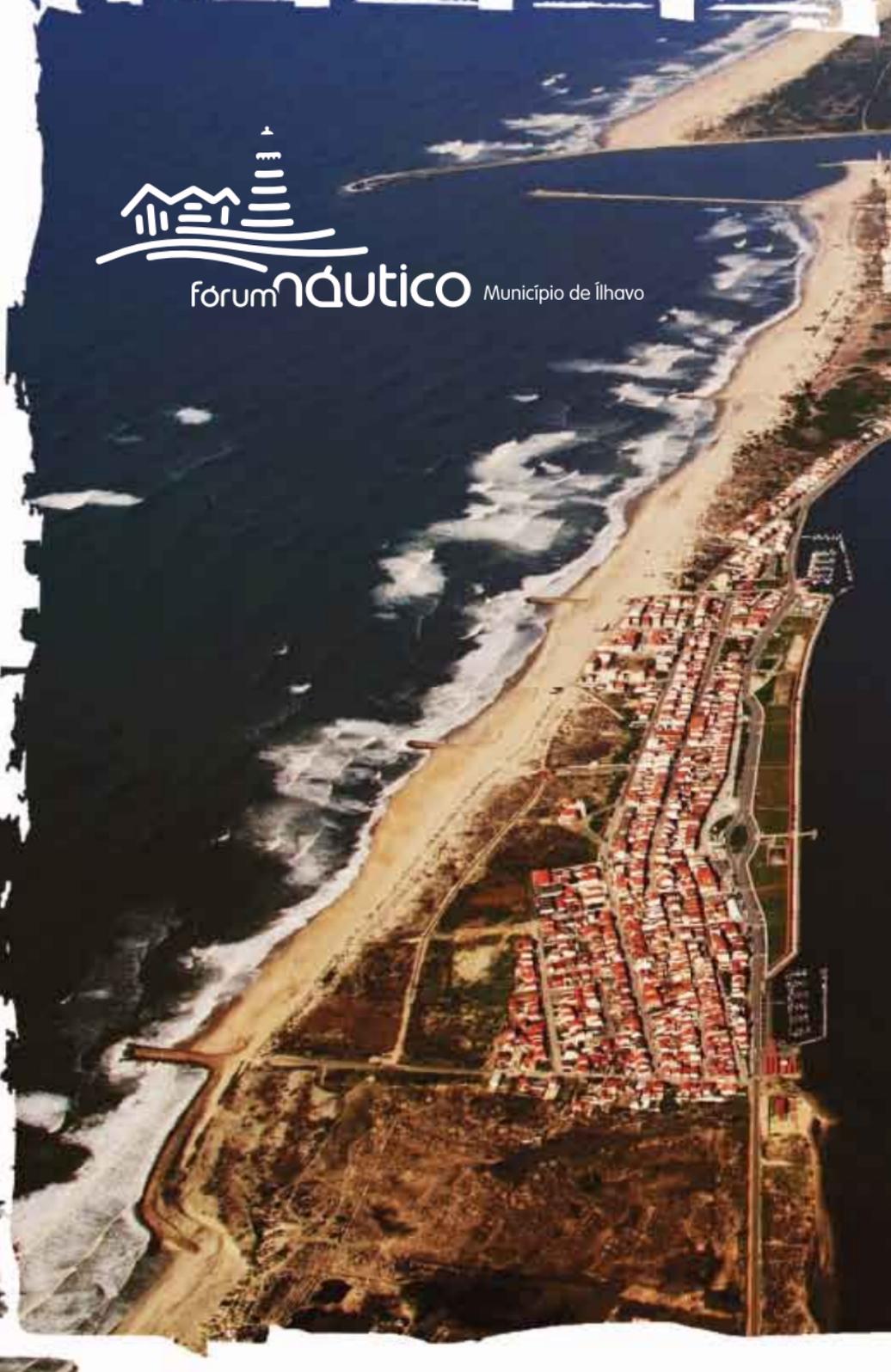
» Agenda Náutica 2010

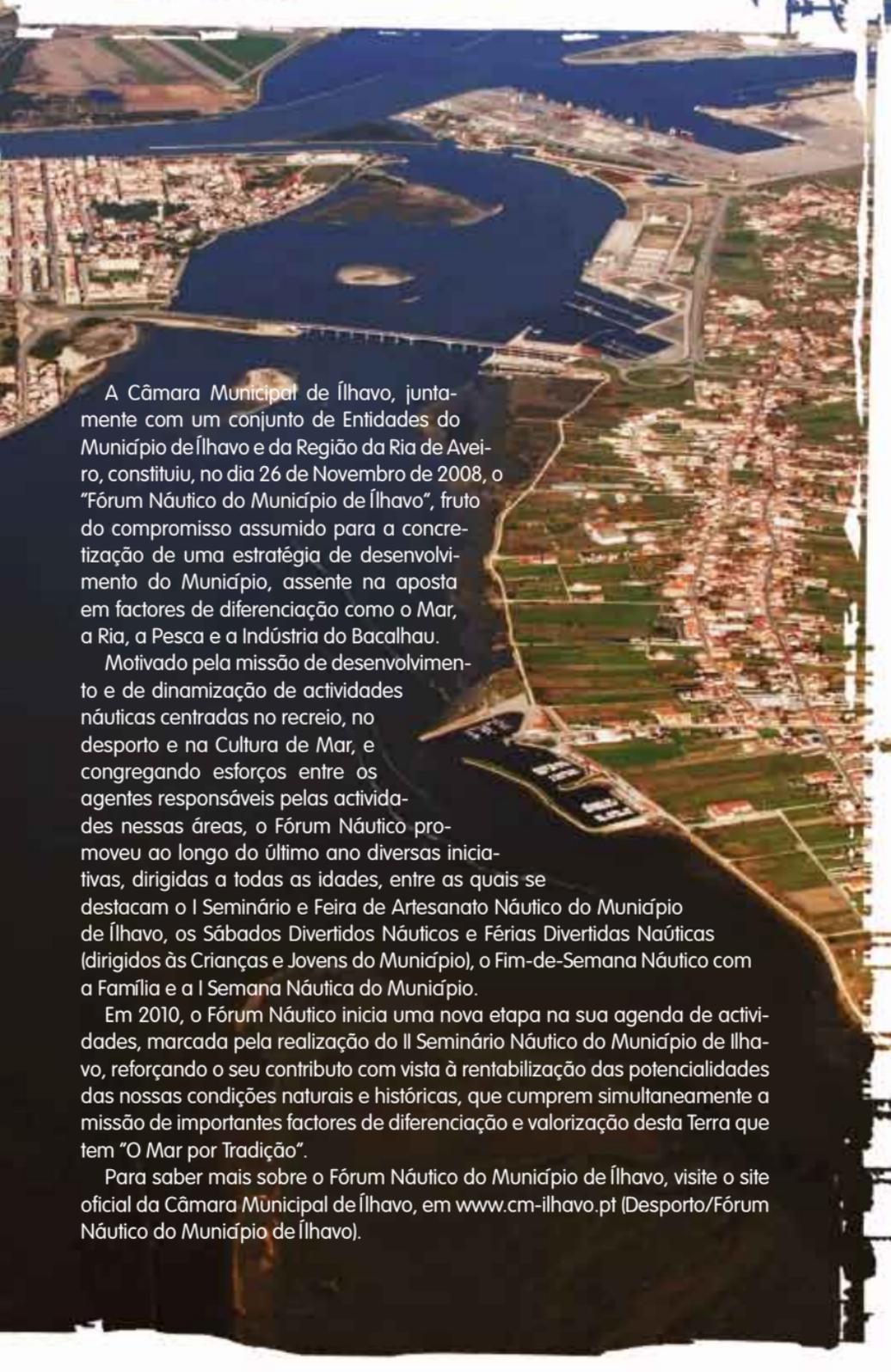






fórum náutico Município de Ílhavo





A Câmara Municipal de Ílhavo, juntamente com um conjunto de Entidades do Município de Ílhavo e da Região da Ria de Aveiro, constituiu, no dia 26 de Novembro de 2008, o "Fórum Náutico do Município de Ílhavo", fruto do compromisso assumido para a concretização de uma estratégia de desenvolvimento do Município, assente na aposta em factores de diferenciação como o Mar, a Ria, a Pesca e a Indústria do Bacalhau.

Motivado pela missão de desenvolvimento e de dinamização de actividades náuticas centradas no recreio, no desporto e na Cultura de Mar, e congregando esforços entre os agentes responsáveis pelas actividades nessas áreas, o Fórum Náutico promoveu ao longo do último ano diversas iniciativas, dirigidas a todas as idades, entre as quais se destacam o I Seminário e Feira de Artesanato Náutico do Município de Ílhavo, os Sábados Divertidos Náuticos e Férias Divertidas Náuticas (dirigidos às Crianças e Jovens do Município), o Fim-de-Semana Náutico com a Família e a I Semana Náutica do Município.

Em 2010, o Fórum Náutico inicia uma nova etapa na sua agenda de actividades, marcada pela realização do II Seminário Náutico do Município de Ílhavo, reforçando o seu contributo com vista à rentabilização das potencialidades das nossas condições naturais e históricas, que cumprem simultaneamente a missão de importantes factores de diferenciação e valorização desta Terra que tem "O Mar por Tradição".

Para saber mais sobre o Fórum Náutico do Município de Ílhavo, visite o site oficial da Câmara Municipal de Ílhavo, em [www.cm-ilhavo.pt](http://www.cm-ilhavo.pt) (Desporto/Fórum Náutico do Município de Ílhavo).



Edição e Propriedade Câmara Municipal de Ílhavo

Fórum Náutico do Município de Ílhavo

Fotografias Arquivo Câmara Municipal de Ílhavo e Associações do Município

Capa Foto do Veleiro Santa Maria Manuela de Hector Lemieux,  
gentilmente cedida por Vitorino Ramalheira

Redacção e Design Gabinete de Comunicação

Coordenação Gabinete de Desporto

Depósito Legal 309590/10

Tiragem 1 000 exemplares



## » Mensagem do Presidente

O Fórum Náutico do Município de Ílhavo constituído formalmente no dia 26 de Novembro de 2008 teve em 2009 o seu primeiro ano completo de actividade, estando determinado em fazer de 2010 um ano importante desta fase inicial da sua vida, cumprindo a planificação feita para o biénio 2009/2010.

Um ano marcado pela viagem que estamos a fazer na Volta ao Mundo do Navio Escola Sagres, numa acção em que a Câmara Municipal de Ílhavo usa como bandeira o seu Museu Marítimo e como entidade parceira a Associação dos Industriais do Bacalhau.

Com uma agenda intensa, fruto da actividade de muitas das entidades que integram o Fórum Náutico do Município de Ílhavo, elevamos a aposta de fazermos caminho de afirmação dos valores que justificam esta nova capacidade de alimentar a "Cultura do Mar" desta terra que tem "O Mar por Tradição".

É neste âmbito que se insere esta edição da "Agenda Náutica" do Fórum Náutico do Município de Ílhavo, apresentando de forma sumária as modalidades a que nos dedicamos e a calendarização das actividades náuticas que estamos a viver neste ano de 2010.

O Mar, a Ria, o Sol, a História, a Cultura, as Actividades Económicas, a Gastronomia, ..., a Vida da População e de muitas das suas Instituições, são o enquadramento para esta aposta nas actividades náuticas, bem representada na forma extraordinária como recebemos o Mar no Município de Ílhavo: com excelência na Barra e na Costa Nova, referenciados na imponência do Farol da Barra e nas cores alegres dos Palheiros da Costa Nova.

Esta é uma aposta que queremos partilhar consigo e por isso apresentamos a todos o convite para que sejam parte desta viagem náutica.

José Ribau Esteves, eng.  
Presidente da Câmara Municipal de Ílhavo



SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB	DOM
					1	2 3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

## TODO O MÊS

### Programa de Iniciação à Nataçã

dirigido aos Jardins de Infância do Município de Ílhavo

local Piscinas Municipais de Ílhavo e da Gafanha da Nazaré

org Câmara Municipal de Ílhavo

### Escola de Surf e BodyBoard

org Associação de Surf de Aveiro

### Formação Teórica e Prática dos Alunos da Escola de Vela

org ANGE - Associação Náutica da Gafanha da Encarnação

## 16 SÁB ~ 17 DOM

### 4.ª Prova Ranking CVCN (Regata/Treino) - Optimist

local Costa Nova

com a participação

Clube de Vela da Costa Nova

## 30 SÁB

### Sábado Divertido Náutico

Natação, Pólo Aquático, Surf, BodyBoard, Canoagem, Vela, Sharpie, Mergulho, Nataçã de Salvamento, Hidrokids, Nautimodelismo, dirigidas a crianças e jovens entre os sete e os quinze anos de idade.

local Piscina Municipal de Ílhavo

org Câmara Municipal de Ílhavo



## VELA

Vela é o nome dado ao desporto que envolve barcos movidos exclusivamente por propulsão à vela, onde se emprega somente a força do vento como meio de deslocamento. Modalidade olímpica desde 1900, a Vela é uma desporto náutico que envolve diferentes tipos de embarcações, separadas por classes, podendo ter um ou várias dezenas de tripulantes. Às suas competições dá-se o nome de Regatas.

Data de 1850 a primeira prova de Vela realizada em Portugal, mais concretamente no Rio Tejo. Cinco anos depois, viria a ser criada por D. Pedro V, a Real Associação Naval, actual Associação Naval de Lisboa - o primeiro clube náutico da Península Ibérica. A crescente dinâmica na modalidade levaria a que, em 1927, fosse fundada a Federação Portuguesa de Vela, de modo a que Portugal pudesse entrar na organização internacional e olímpica desta modalidade. Actualmente, continua a ser a Federação Portuguesa de Vela ([www.fpvela.pt](http://www.fpvela.pt)) a entidade responsável pela promoção e direcção técnica do desporto da Vela, representando-a quer em Portugal, quer no estrangeiro.

Para os interessados em praticar esta modalidade  
no Município de Ílhavo, contactar:

» **Associação Náutica da Gafanha da Encarnação (ANGE)**

Largo da Mota, N.º 1  
3830-488 Gafanha da Encarnação  
Tel 234 366 279  
www.ange.pt | ange@ange.pt

» **Associação Náutica e Recreativa da Gafanha da Nazaré (ANRGN)**

Rua Comendador Egas Salgueiro  
3830-590 Gafanha da Nazaré  
Tel 234 084 047  
anr gn@sapo.pt

**Clube de Vela da Costa Nova**

Av. José Estevão, Costa Nova do Prado  
3830-453 Ílhavo  
Tel 234 369 300/234 360 014  
www.cnv n.pt | cnv n@cnv n.pt

» **Clube do Mar Delta Vouga**

**Escola Secundária da Gafanha da Nazaré**

Rua Joaquim António Vilão, Apartado 82  
3834-980 Gafanha da Nazaré  
Tel 234 390 890  
amarianogr@gmail.com  
(António Mariano Rodrigues, Coordenador)

» **Marina Clube da Gafanha**

Caminho do Praiã  
3830-907 Gafanha da Encarnação  
Tel 234 363 789

» **Sharpie Club**

Av. Mário Sacramento, 103  
3830-052 Ílhavo  
Tel 234 360 002/966 016 001  
www.sharpieclub.aveiro.co.pt | geral@sharpieclub.aveiro.co.pt



## TODO O MÊS

### Programa de Iniciação à Natação

dirigido aos Jardins de Infância do Município de Ílhavo

local Piscinas Municipais de Ílhavo e da Gafanha da Nazaré

organização Câmara Municipal de Ílhavo

### Escola de Surf e BodyBoard

org Associação de Surf de Aveiro

### Formação Teórica e Prática dos Alunos da Escola de Vela

org ANGE - Associação Náutica da Gafanha da Encarnação

## 6 SÁB

### Duatlo Jovem das Lezírias

local Lezírias

com a participação

CAPGE - Clube da Associação

de Pais da Gafanha da Encarnação

## 8 SEG ~ 12 SEX

### Comemoração do Carnaval

local Piscina Municipal de Ílhavo e da Gafanha da Nazaré

organização Câmara Municipal de Ílhavo

## 13 DOM

### Comemoração

### Dia dos Namorados

local Piscina Municipal de Ílhavo e da Gafanha da Nazaré

organização Câmara Municipal de Ílhavo

SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB	DOM
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28

**13 SÁB ~ 16 TER**

**I Sailing Meeting de Portugal**

org Sharpie Club (Portugal)

**20 SÁB**

**Duatlo Jovem de Almada**

local Almada

com a participação

CAPGE - Clube da Associação

de Pais da Gafanha da Encarnação

**27 SÁB**

**Sábado Divertido Náutico**

Natação, Pólo Aquático, Surf, BodyBoard, Canoagem, Vela, Sharpie, Mergulho, Natação de Salvamento, Hidrokids, Nautimodelismo, dirigidas a crianças e jovens entre os sete e os quinze anos de idade

local Piscina Municipal da Gafanha da Nazaré

org Câmara Municipal de Ílhavo

**27 SÁB ~ 28 DOM**

**5.ª Prova Ranking CVCN**

local Costa Nova

com a participação

Clube de Vela da Costa Nova



## PÓLO AQUÁTICO

O Pólo Aquático é um desporto colectivo, semelhante, no seu princípio básico, ao Andebol, ou seja, as equipas devem tentar jogar a bola dentro da baliza adversária, defendida pelo guarda-redes, com a diferença de ser praticado numa piscina e não num pavilhão. Cada uma das equipas é formada por sete jogadores e seis suplentes e a distância entre as duas balizas (colocadas 90 centímetros acima da água) pode ter, no máximo, 30 metros de comprimento, possuindo cada equipa 30 segundos para executar a sua jogada.

Oficialmente inventado no final do século XIX como uma versão aquática do Rugby, em Inglaterra, o Pólo Aquático é a modalidade colectiva mais antiga praticada dentro de água, presente nos Jogos Olímpicos desde 1900 (competição masculina) e 2000 (competição feminina). O termo "Pólo" deriva da palavra indiana "pulu" - bola de borracha vulcanizada importada da Índia que os ingleses usavam nos jogos.

Entre as melhores equipas mundiais estão a Hungria, a Sérvia, Montenegro, Espanha e Rússia.

Para saber mais sobre esta modalidade, visite o site da Federação Portuguesa de Natação, em [www.fpnatacao.pt](http://www.fpnatacao.pt).

A photograph of a water polo match in progress. Two players in blue caps are visible. The player in the foreground has a white number '13' on their cap and has their arms raised. The player in the background has a white number '5' on their cap and is holding a yellow water polo ball. The water is blue and splashing. The pool's edge is visible at the top of the frame.

Para os interessados em praticar esta modalidade  
no Município de Ilhavo, contactar:

» **Associação de Pais e Amigos das Crianças da Gafanha da Encarnação**

Rua Padre Diogo, Edifício-Sócio Educativo

3830-515 Gafanha da Encarnação

Tel 234 366 738

capge@hotmail.com

### TODO O MÊS

#### Programa de Iniciação à NataçãO

dirigido aos Jardins de Infância do Município de Ílhavo

local Piscinas Municipais de Ílhavo e da Gafanha da Nazaré  
org Câmara Municipal de Ílhavo

#### Escola de Surf e BodyBoard

org Associação de Surf de Aveiro

#### Formação Teórica e Prática dos Alunos da Escola de Vela

org ANGE - Associação Náutica da Gafanha da Encarnação

### 5 SEX ~ 8 SEG

#### Comemoração do dia da Mulher

local Piscinas Municipais de Ílhavo e da Gafanha da Nazaré  
org Câmara Municipal de Ílhavo

### 6 SÁB

#### Duatlo Jovem de Grândola

local Grândola  
com a participação  
CAPGE - Clube da Associação de Pais da Gafanha da Encarnação

### 13 SÁB

#### VII Gala Sharpie Cup

org Sharpie Club (Portugal)

### 13 SÁB ~ 14 DOM

#### 6.ª Prova Ranking CVCN

local Costa Nova  
com a participação Clube de Vela da Costa Nova

### 14 DOM

#### Duatlo do Cadaval

local Cadaval  
com a participação  
CAPGE - Clube da Associação de Pais da Gafanha da Encarnação

### 17 QUA

#### Regata de Vela (Optmist L'Equip) e Wind-Surf

Provas de velocidade, resistência e perícias na modalidade de Canoagem  
local Porto de Pesca Costeiro (junto ao Sharpie Club)  
org Clube do Mar Delta Vouga - Escola Secundária da Gafanha da Nazaré

### 17 QUA ~ 20 SÁB

#### Comemoração do dia do Pai

local Piscinas Municipais de Ílhavo e da Gafanha da Nazaré  
org Câmara Municipal de Ílhavo

SEG TER QUA QUI SEX SÁB DOM

1 2 3 4 5 6 7  
8 9 10 11 12 13 14  
15 16 17 18 19 20 21  
22 23 24 25 26 27 28  
29 30 31

**21 DOM**

### Campeonato Regional de Fundo

local Oís da Ribeira

com a participação

Clube Natureza e Aventura de Ílhavo

**22 SEG**

### Comemoração do dia da Água

local Piscinas Municipais de Ílhavo e da Gafanha da Nazaré

org Câmara Municipal de Ílhavo

**27 SÁB**

### Sábado Divertido Náutico

Natação, Pólo Aquático, Surf, Body-Board, Canoagem, Vela, Mergulho, Natação de Salvamento, Hidrokids, Nautimodelismo, dirigidas a crianças e jovens entre os sete e os quinze anos de idade

org Câmara Municipal de Ílhavo

**27 SÁB**

### Campeonato Nacional de Fundo

local Melres

com a participação

Clube Natureza e Aventura de Ílhavo

**28 DOM**

### Duatlo da Póvoa do Varzim

local Povoia do Varzim

com a participação

CAPGE - Clube da Associação de Pais da Gafanha da Encarnação

**29 SEG ~ 1 ABRIL QUI**

### Férias Divertidas Náuticas

Actividades de Canoagem, Vela, Pólo Aquático, Natação e Nautimodelismo, Ateliers de Ciências Divertidas, Inglês e Música, Cinema, Trabalhos Manuais, Aulas de Educação Rodoviária, Visitas fora do Município, entre outras, dirigidas a Crianças e Jovens dos 6 aos 14 anos)

local Piscina Municipal de Ílhavo

org Câmara Municipal de Ílhavo



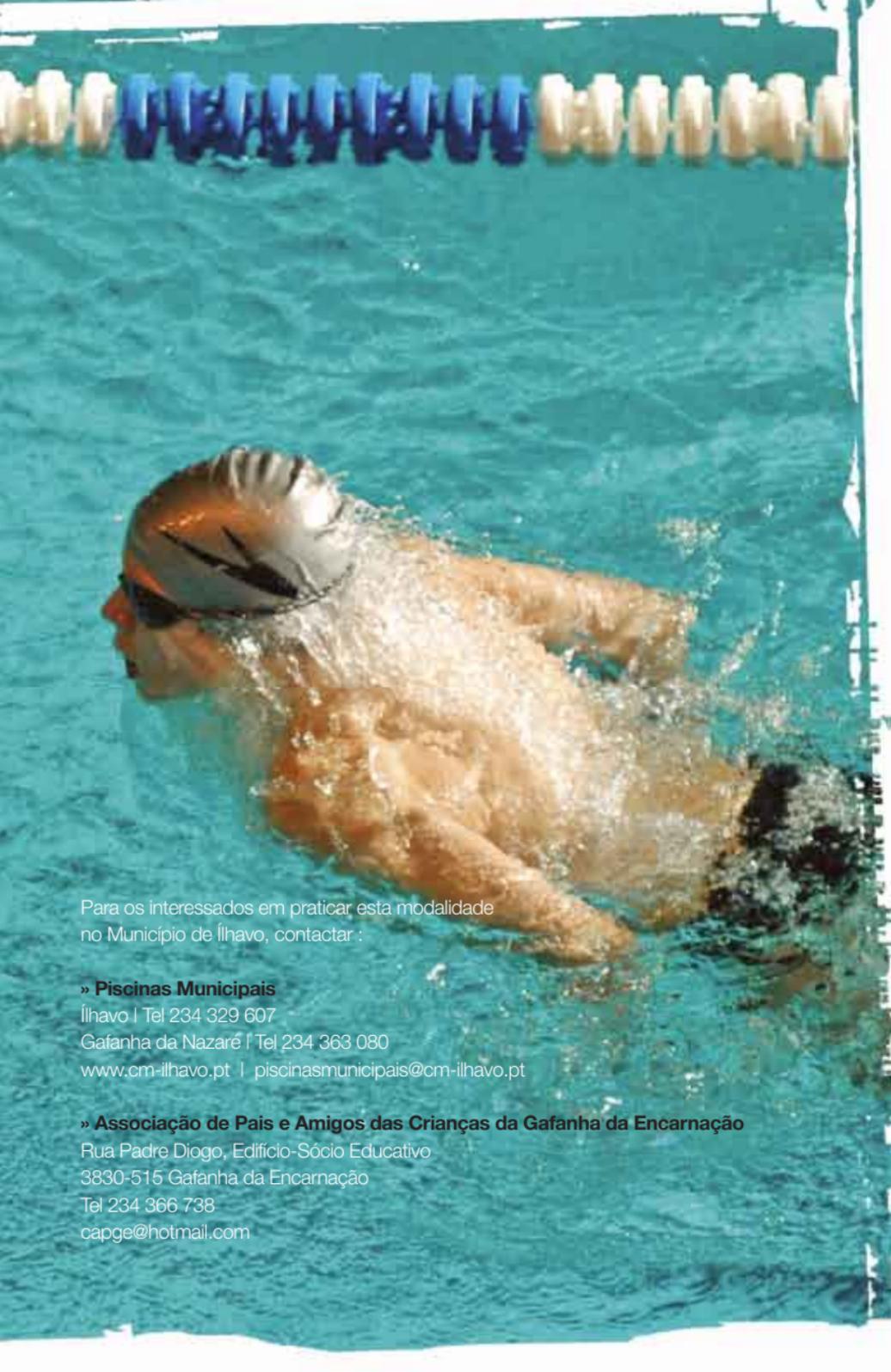
## NATAÇÃO PURA

A Natação Pura é a prática da natação de competição em piscina, envolvendo as quatro técnicas de nado - Mariposa, Costas, Bruços e Crol, sendo o objectivo determinar qual é o nadador mais rápido a percorrer uma determinada distância. A distância das provas, em piscina, varia entre os 50 e os 1500 metros, sendo realizadas em piscinas de 25 ou de 50 metros.

Desde a Grécia Antiga, a Natação era um desporto muito popular, normalmente apreciado pelas classes mais altas da sociedade da altura. No entanto, durante séculos, a sua divulgação foi bastante prejudicada, pela ideia pré-concebida de ser uma fonte de epidemias. Somente na primeira metade do século XIX a Natação começou a progredir como desporto, realizando-se as primeiras provas em Londres. Em 1896, foi integrada na primeira edição dos Jogos Olímpicos. Em Portugal, a Natação Desportiva teve início no século XX, com a criação da primeira Escola de Natação, em 1902, pelo Ginásio Clube Português (Trafaria).

Actualmente, a Natação, incluindo todas as suas especialidades (Natação Pura, Natação Sincronizada, Pólo Aquático, Saltos para a água, Águas Abertas e Masters), é tutelada internacionalmente pela FINA - Federação Internacional de Natação Amadora, e coordenada na Europa pela LEN - Liga Europeia de Natação.

Para mais informações, visite o site da Federação Portuguesa de Natação, em [www.fpnatacao.pt](http://www.fpnatacao.pt).



Para os interessados em praticar esta modalidade  
no Município de Ílhavo, contactar :

» **Piscinas Municipais**

Ílhavo | Tel 234 329 607

Gafanha da Nazaré | Tel 234 363 080

[www.cm-ilhavo.pt](http://www.cm-ilhavo.pt) | [piscinasmunicipais@cm-ilhavo.pt](mailto:piscinasmunicipais@cm-ilhavo.pt)

» **Associação de Pais e Amigos das Crianças da Gafanha da Encarnação**

Rua Padre Diogo, Edifício-Sócio Educativo

3830-515 Gafanha da Encarnação

Tel 234 366 738

[capge@hotmail.com](mailto:capge@hotmail.com)

### TODO O MÊS

#### Programa de Iniciação à Nataçãõ

Jardins de Infância  
do Município de Ílhavo  
org Câmara Municipal de Ílhavo

#### Acção de Sensibilização nas Escolas

##### Nadador Salvador vai às escolas

Actividades de Canoagem dirigidas  
aos alunos do 1.º Ciclo do Ensino Bá-  
sico do Município de Ílhavo  
org Câmara Municipal de Ílhavo

#### Escola de Surf e BodyBoard

org Associação de Surf de Aveiro

#### Formação Teórica e Prática dos Alunos da Escola de Vela

org ANGE - Associação Náutica  
da Gafanha da Encarnação

#### Regata de Abertura para todas as classes

local Gafanha da Encarnação  
org ANGE - Associação Náutica  
da Gafanha da Encarnação

### 1 QUI

#### Detecção de Talentos de Rio Maior (Triatlo)

local Rio Maior  
com a participação  
CAPGE - Clube da Associação  
de Pais da Gafanha da Encarnação

### 10 SEX ~ 11 SÁB

#### 7.º Prova Ranking CVCN

local Costa Nova  
com a participação  
Clube de Vela da Costa Nova

### 20 TER

#### II Seminário Náutico do Município de Ílhavo

Feira de Artesanato Náutico  
Lançamento da Agenda Náutica 2010  
Lançamento da Caderneta Náutica  
Fórum Náutico Digital  
local Museu Marítimo de Ílhavo  
org Câmara Municipal de Ílhavo

### 17 SÁB

#### Duatlo de Matosinhos

local Matosinhos  
com a participação  
CAPGE - Clube da Associação  
de Pais da Gafanha da Encarnação

SEG TER QUA QUI SEX SÁB DOM

			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

**17 SÁB ~ 18 DOM**

### **I Taça Portugal Velocidade**

local Pontevedra

(Norte Espanha - Galiza)

com a participação

Clube Natureza e Aventura de Ílhavo

**24 SÁB**

### **Sábado Divertido Náutico**

Natação, Pólo Aquático, Canoagem, Hidroginástica e Jogos Aquáticos, dirigidas a crianças e jovens entre os sete e os quinze anos de idade e público em geral.

local Piscina Municipal

da Gafanha da Nazaré

org Câmara Municipal de Ílhavo

**24 SÁB ~ 25 DOM**

### **1.ª Prova Apuramento Nacional Sharpie**

local Torreira

com a participação

Sharpie Club (Portugal)

**24 SÁB OU 25 DOM**

### **II Taça Portugal Maratona**

local Coimbra

com a participação

Clube Natureza e Aventura de Ílhavo

**24 SÁB ~ 25 DOM**

### **Torneio Regional de Clubes**

Infantis, Juvenis, Juniores. Seniores

local Viseu

com a participação

CAPGE - Clube da Associação

de Pais da Gafanha da Encarnação

**29 SEG ~ 1 ABRIL QUI**

**6 TER ~ 9 ABRIL SEX**

### **Férias Divertidas Náuticas**

Actividades de Canoagem, Vela, Pólo Aquático, Natação e Nautimodelismo, Ateliers de Ciências Divertidas, Inglês e Música, Cinema, Trabalhos Manuais, Aulas de Educação Rodoviária, Visitas fora do Município, entre outras, dirigidas a Crianças e Jovens dos 6 aos 14 anos)

org Câmara Municipal de Ílhavo

mais informação

Fórum Náutico Digital

[www.cm-ilhavo.pt](http://www.cm-ilhavo.pt)



O mergulho é uma prática milenar que consiste na exploração submarina utilizando-se, ou não, equipamentos especiais. O padre italiano Giovanni Alfonso Borelli foi o primeiro homem a mergulhar com segurança e conforto, em 1679, envergando um traje impermeável feito de couro e untado com sebo. No entanto, já na Grécia Antiga, Aristóteles e Heródoto narravam expedições aquáticas, nomeadamente do Imperador Xerxes e de Alexandre, o Grande. No final do século XIX, o francês Besnoit Rouquayrol patenteou o primeiro aparelho de respiração autónoma, complementado, em 1943, pela válvula de alta pressão de Jacques-Yves Cousteau.

Actualmente são três os tipos de Mergulho praticados: Livre, Autónomo e o Dependente (ou Semi-autónomo). O Mergulho Livre (ou de Apneia) é a modalidade em que o mergulhador não usa equipamentos para respiração subaquática. No Mergulho Autónomo, o mergulhador é auxiliado por equipamentos que ele carrega consigo, e que lhe permitem respirar debaixo de água. Já no Mergulho Dependente, a alimentação de ar é feita a partir da superfície, por intermédio de um compressor de ar e de uma mangueira.



Para mais informações sobre esta modalidade, visite o site oficial  
da Federação Portuguesa de Actividades Subaquáticas de Mergulho  
[www.fpas.pt](http://www.fpas.pt)

## >> Maio 2010

### TODO O MÊS

#### Programa de Iniciação à Natação

Jardins de Infância  
do Município de  lhavo  
org Câmara Municipal de  lhavo

#### Concurso de Fotografia "Olhos sobre o Mar"

org C mara Municipal de  lhavo

#### Acção de Sensibiliza o nas Escolas

**Nadador Salvador vai  s escolas**  
Actividades de Canoagem dirigidas  
aos alunos do 1.  Ciclo do Ensino B -  
sico do Município de Ílhavo  
org C mara Municipal de  lhavo

**Escola de Surf e BodyBoard**  
org Associa o de Surf de Aveiro

#### Forma o Teórica e Prática dos Alunos da Escola de Vela

org ANGE - Associa o Náutica  
da Gafanha da Encarna o

### 1 S B ~ 2 DOM

#### Triatlo de Abrantes

local Abrantes  
com a participa o  
CAPGE - Clube da Associa o  
de Pais da Gafanha da Encarna o

### 1 S B ~ 4 TER

#### Comemora o do Dia da M e

local Piscinas Municipais de Ílhavo  
e da Gafanha da Nazaré  
org C mara Municipal de  lhavo

### 8 S B

#### Música para Bebés (Temática Náutica)

org C mara Municipal de Ílhavo  
local Centro Cultural de  lhavo

#### Aquatlo de Montemor-o-Velho

local Abrantes  
com a participa o  
CAPGE - Clube da Associa o  
de Pais da Gafanha da Encarna o

### 8 S B ~ 9 DOM

#### Nadador Completo Infantil e Juvenil

local Mealhada  
com a participa o  
CAPGE - Clube da Associa o  
de Pais da Gafanha da Encarna o

#### Campeonato Nacional de Esperanças II

local Abrantes  
com a participa o  
Clube Natureza e Aventura de  lhavo

### 9 DOM

#### Triatlo de Coimbra

local Coimbra  
com a participa o  
CAPGE - Clube da Associa o  
de Pais da Gafanha da Encarna o

### 12 QUA

#### Regata de Vela (Optmist L'Equip) e WindSurf

Provas de velocidade, resistência e  
perícias na modalidade de Canoagem  
local Porto de Pesca Costeiro  
(junto ao Sharpie Club)  
org Clube do Mar Delta Vouga - Escola  
Secundária da Gafanha da Nazaré

## 15 SÁB ~ 16 DOM

### Taça Associação Natação de Aveiro

Infantis, Juvenis, Juniores, Seniores

local Gafanha da Nazaré

com a participação

CAPGE - Clube da Associação  
de Pais da Gafanha da Encarnação

SEG TER QUA QUI SEX SÁB DOM

						1	2
3	4	5	6	7	8	9	
10	11	12	13	14	15	16	
17	18	19	20	21	22	23	
24	25	26	27	28	29	30	
31							

## II Prova Apuramento Nacional classe 420

org Sharpie Club (Portugal)

## Campeonato Regional de Maratona

local Aveiro

com a participação

Clube Natureza e Aventura de Ílhavo

## 16 DOM

### Triatlo Jovem de Sines

local Sines

com a participação

CAPGE - Clube da Associação  
de Pais da Gafanha da Encarnação

## 21 SEX ~ 23 DOM

### Campeonato Nacional de Surf Esperanças

local Costa Nova

org Associação Surf de Aveiro

## 22 SÁB ~ 23 DOM

### Campeonato Regional Sharpie

org Sharpie Club (Portugal)

## Estágio Regional Cadetes/Infantis

local Penacova

com a participação

Clube Natureza e Aventura de Ílhavo

## 29 SÁB

### Sábado Divertido Náutico

Natação, Pólo Aquático, Surf, Body-  
Board, Canoagem, Vela, Mergulho,  
Natação de Salvamento, Hidrokids,  
Hidroginástica, Nautimodelismo, diri-  
gidas a crianças e jovens entre os sete  
e os quinze anos de idade

org Câmara Municipal de Ílhavo

## 29 SÁB

### III Torneio Promoção - Cadetes

local Sta Maria da Feira

com a participação

CAPGE - Clube da Associação  
de Pais da Gafanha da Encarnação

## 29 SÁB ~ 30 DOM

### 8.ª Prova Ranking CVCN

local Costa Nova

com a participação

Clube de Vela da Costa Nova

## 30 DOM

### Triatlo Jovem de Aveiro

local Aveiro

com a participação

CAPGE - Clube da Associação  
de Pais da Gafanha da Encarnação



## NATAÇÃO ÁGUAS ABERTAS

Designa-se por Natação Águas Abertas a natação de grandes distâncias, realizada nos meios aquáticos naturais - lagos, rios ou mar aberto. Muitas vezes designada por “maratona aquática”, embora não sejam disputadas distâncias iguais à longa corrida terrestre de mais de 42 quilómetros, esta modalidade remete para as origens da Natação propriamente dita (finais do século XIX), quando ainda não havia piscinas artificiais. Sinónimo de desafio e adversidade, este desporto náutico alcançou um enorme sucesso e mediatismo durante a primeira metade do século XX, onde se tornaram célebres as travessias do Canal da Mancha, entre tantas outras.

Actualmente, a Natação Águas Abertas é praticada por atletas de todas as idades e de ambos os sexos, possuindo provas com vários níveis de dificuldade. Em 2008, esta modalidade foi integrada nos Jogos Olímpico de Verão, sendo também realizada na prova de Triatlo.

No Município de Ílhavo é já famosa a “Travessia da Ria a Nado”, realizada em Julho, no âmbito da Semana Jovem, entre a “Bruxa” (Gafanha da Encarnação) e o Relvado da Costa Nova, participada por perto de uma centena de desportistas e amantes desta modalidade, dos 8 aos 80 anos.



Mais informações em [www.fpnatacao.pt](http://www.fpnatacao.pt) (Federação Portuguesa de Natação).

## >> Junho 2010

### TODO O MÊS

#### Programa de Iniciação à Natação

Jardins de Infância  
do Município de Ílhavo  
org Câmara Municipal de Ílhavo

#### Concurso de Fotografia "Olhos sobre o Mar"

org Câmara Municipal de Ílhavo

#### Escola de Surf e BodyBoard

org Associação de Surf de Aveiro

#### Formação Teórica e Prática dos Alunos da Escola de Vela

org ANGE - Associação Náutica  
da Gafanha da Encarnação

#### 1.º Passeio de Motas de Água

org Marina Clube da Gafanha

#### Regata de Aniversário para todas as classes

org ANGE - Associação Náutica  
da Gafanha da Encarnação

### 1 TER ~ 3 QUI

#### Comemoração

#### Dia Mundial da Criança

local Piscinas Municipais de Ílhavo e da  
Gafanha da Nazaré  
org Câmara Municipal de Ílhavo

### 4 SEX ~ 5 SÁB

#### 5.º Concurso de Pesca de Alto Mar

org Marina Clube da Gafanha  
e Costa Azul

### 5 SÁB

#### Acção com crianças

Instituto Português de Oncologia  
org Sharpie Club (Portugal)

### 5 SÁB ~ 6 DOM

#### II Taça de Portugal de Velocidade

local Pontevedra  
(Norte Espanha - Galiza)  
com a participação  
Clube Natureza e Aventura de Ílhavo

### 6 DOM

#### Triatlo de Peniche

local Peniche  
com a participação  
CAPGE - Clube da Associação  
de Pais da Gafanha da Encarnação

### 10 QUARTA

#### Torneio Cidade de Estarreja

Infantis, Juvenis, Juniores, Seniores  
local Estarreja  
com a participação  
CAPGE - Clube da Associação  
de Pais da Gafanha da Encarnação

### 12 SÁB

#### Abertura da Piscina Descoberta de Vale de Ílhavo

local Piscina Municipal  
de Vale de Ílhavo  
org Câmara Municipal de Ílhavo

### 12 SÁB ~ 13 DOM

#### 2.º Prova de Apuramento Nacional Sharpie

org Sharpie Club (Portugal)  
Encontro Nacional  
de Nautimodelismo  
local Jardim Oudinot  
org TEAM - Associação de Modelismo  
(Gafanha da Nazaré)

## 12 SÁB OU 13 DOM

### III Campeonato Nacional de Esperanças

local Ovar

com a participação

Clube Natureza e Aventura de Ílhavo

SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB	DOM	
	1	2	3	4	5	6	
	7	8	9	10	11	12	13
	14	15	16	17	18	19	20
	21	22	23	24	25	26	27
	28	29	30				

## 13 DOM

### Triatlo de Oeiras

local Oeiras

com a participação

CAPGE - Clube da Associação de Pais da Gafanha da Encarnação

## 19 SÁB

### Festival de Natação do Programa de Iniciação à Natação

local Piscina Municipal

da Gafanha da Nazaré

org Câmara Municipal de Ílhavo

### Campeonato Regional de Esperanças

local Cacia

com a participação

Clube Natureza e Aventura de Ílhavo

## 19 SÁB- 20 DOM

### IV Torneio Promoção - Cadetes

local S. João da Madeira

com a participação

CAPGE - Clube da Associação de Pais da Gafanha da Encarnação

## 26 SÁB

### Festival de Natação da Escola Municipal de Natação

local Piscina Municipal de Ílhavo

org Câmara Municipal de Ílhavo

## 26 SÁB ~ 27 DOM

### Circuitos Abertos

local Ílhavo

com a participação

Clube Natureza e Aventura de Ílhavo

### Triatlo de Vila Nova de Gaia

local Vila Nova de Gaia

com a participação

CAPGE - Clube da Associação de Pais da Gafanha da Encarnação

## 27 DOM

### 9.ª Prova Ranking CVCN

local Costa Nova

com a participação

Clube de Vela da Costa Nova

## 28 SEG ~ 2 JULHO SEX

### Férias Divertidas Náuticas

Actividades de Canoagem, Vela, Pólo Aquático, Natação e Nautimodelismo, Ateliers de Ciências Divertidas, Inglês e Música, Cinema, Trabalhos Manuais, Aulas de Educação Rodoviária, Visitas fora do Município, entre outras, dirigidas a Crianças e Jovens dos 6 aos 14 anos)

org Câmara Municipal de Ílhavo



### BANDEIRA VERMELHA

É Proibido entrar na água.

Esta bandeira representa PERIGO.

É içada na presença de correntes marítimas de força excepcional, devido a vagas que enrolam e reventam com grande violência na zona de rebentação.



### BANDEIRA AMARELA

Proibido nadar. Esta bandeira é içada na presença de correntes marítimas fortes.

É obviamente proibido nadar porque, ao fazê-lo, os pés deixam de estar assentes no fundo e, em virtude da corrente, o nadador é imediatamente arrastado, podendo colidir com obstáculos (rochas, etc.) ou ser apanhado por um remoinho.



### BANDEIRA AZUL

A Bandeira Azul é uma distinção atribuída anualmente pela Fundação para a Educação Ambiental (FEE) a praias (marítimas e fluviais) e marinas que cumpram um conjunto de requisitos de qualidade ambiental, segurança, bem-estar, infra-estruturas de apoio, informação aos utentes e sensibilização ambiental.

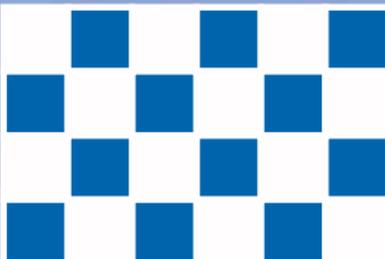
As praias e marinas distinguidas ficam autorizadas a ostentar a bandeira



### BANDEIRA VERDE

Indica-nos que podemos nadar e tomar banho, desde que se cumpram todas as regras de segurança e recomendações divulgados anualmente pelo ISN.

Esta bandeira não significa que se pode fazer o que se quer dentro de água, significa apenas que, desde que sejam cumpridas as regras de segurança, se pode nadar e tomar banho sem que haja perigo eminente.



### BANDEIRA XADREZ

A Praia onde se encontra está temporariamente sem vigilância.

### BANDEIRAS

#### Amarela + Xadrez

Tomar banho com precaução, sem nadar; a praia está temporariamente sem vigilância.

#### Vermelha + Xadrez

Proibição de tomar banho e nadar; a praia está temporariamente sem vigilância.

ra oferecida pela FEE durante a época banhar. Pode, portanto, ser considerada um símbolo de garantia de qualidade de uma praia ou marina.

Desde 1989 que, ano após ano, as duas praias do Município - Barra e Costa Nova, são presenteadas com este importante galardão que, além de representar qualidade e segurança banhar para quem delas usufrui, também é símbolo da prática de desenvolvimento sustentável e preser-

vação dos recursos naturais que tanto privilegiam a nossa localização.

Além da Bandeira Azul, as Praias da Barra e Costa Nova exibem igualmente a Bandeira "Praia Acessível Praia para Todos", sinónimo do empenho e investimento da Câmara Municipal de Ílhavo na manutenção e melhoria da qualidade, segurança e acessibilidade das nossas praias a todos os Cidadãos.





## KAYAK MAR

Com origem nos povos esquimós dos mares do Norte, o Kayak foi utilizado durante séculos para a caça e transportes de utensílios, sendo inicialmente feito de pele e osso de animais. Após uma longa evolução, esta actividade foi adaptada para a prática desportiva e de recreio, já com materiais fabricados em fibra de vidro e de carbono, que permitem uma deslocação mais rápida em diversas condições de mar.

Introduzido em Portugal na década de 80 como actividade de lazer, o Kayak de Mar rapidamente começou a ser praticado como modalidade desportiva, dividida em duas classes: "Kayak com deck" ou "Surf Ski" (embarcação semelhante ao kayak tradicional utilizada em condições mais extremas) e "Kayak sem deck" (embarcação semelhante à utilizada pelos nadadores salvadores australianos), ambas reconhecidas pelas respectivas Federações Nacional e Internacional. As competições podem ser realizadas em embarcações K1 (kayak monolugar) e K2 (kayak bilugar), nas classes masculino, feminino ou misto, e nas categorias de júniores, sêniore e veteranos.



Consulte o site Oficial da Federação e fique a saber mais sobre esta modalidade.  
[www.fpcanoagem.pt](http://www.fpcanoagem.pt)

### TODO O MÊS

#### Féria Divertidas Náuticas

Actividades de Canoagem, Vela, Pólo Aquático, Natação e Nautimodelismo, Ateliers de Ciências Divertidas, Inglês e Música, Cinema, Trabalhos Manuais, Aulas de Educação Rodoviária, Visitas fora do Município, entre outras, dirigidas a Crianças e Jovens dos 6 aos 14 anos)

org Câmara Municipal de Ílhavo

#### Semana Jovem 2010

Travessia da Ria a Nado

Entre a Bruxa (Gafanha da Encarnação) e o Relvado da Costa Nova

org Câmara Municipal de Ílhavo

#### Formação Teórica e Prática dos Alunos da Escola de Vela

org ANGE - Associação Náutica da Gafanha da Encarnação

#### Torneio Quadrangular de Pólo Aquático

Piscina Municipal da Gafanha da Nazaré

com a participação

CAPGE - Clube da Associação de Pais da Gafanha da Encarnação

#### 1.º Passeio de Motas de Água

org Marina Clube da Gafanha

#### 1.º Concentração Motard' Água

org Marina Clube da Gafanha e Câmara Municipal de Ílhavo

### 3 SÁB

#### Triatlo do Zêzere

com a participação

CAPGE - Clube da Associação de Pais da Gafanha da Encarnação

#### Campeonato Regional de Velocidade

local Montemor-o-Velho

com a participação

Clube Natureza e Aventura de Ílhavo

### 9 SEX ~ 11 DOM

#### Campeonato Inter Distrital de Infantis

local Rio Maior

com a participação

CAPGE - Clube da Associação de Pais da Gafanha da Encarnação

#### Campeonato Nacional de Velocidade

local Montemor-o-Velho

com a participação

Clube Natureza e Aventura de Ílhavo

### 10 SÁB ~ 11 DOM

#### 10.º Prova Ranking CVCN

local Costa Nova

com a participação

Clube de Vela da Costa Nova

#### Encontro Regional Infantis Optimists

local Coimbra

com a participação

Sharpie Club (Portugal)

### 10 SÁB ~ 12 SEG

#### Campeonato Nacional Sharpie

org Sharpie Club (Portugal)

### 11 DOM

#### Triatlo de Vila Nova de Cerveira

local Vila Nova de Cerveira

com a participação

CAPGE - Clube da Associação de Pais da Gafanha da Encarnação

16 SEX ~ 17 SÁB

### Campeonato Inter

Distrital Juvenis, Juniores e Seniores

local Coimbra

com a participação

CAPGE - Clube da Associação

de Pais da Gafanha da Encarnação

SEG TER QUA QUI SEX SÁB DOM

1 2 1 2 3 4

5 6 7 8 9 10 11

12 13 14 15 16 17 18

19 20 21 22 23 24 25

26 27 28 29 30 31

16 SEX ~ 18 DOM

### Vem Apanhar Ondas

Semana Jovem

da Câmara Municipal de Ílhavo

org Associação Surf Aveiro e

Câmara Municipal de Ílhavo

24 SÁB

### Fase Zonal dos Torneios Abertos

local Águeda

com a participação

Clube Natureza e Aventura de Ílhavo

17 SÁB ~ 18 DOM

### Triatlo de Aveiro

local Aveiro

com a participação

CAPGE - Clube da Associação

de Pais da Gafanha da Encarnação

### Cruzeiro

### Costa Nova/Aveiro/Costa Nova

local Costa Nova

com a participação

Clube de Vela da Costa Nova

1.ª Etapa do Circuito Regional

de Surf e BodyBoard

local Praia da Barra

### Campeonato Nacional

### de Maratonas

local Prado

com a participação

Clube Natureza e Aventura de Ílhavo

24 SÁB ~ 25 DOM

### 24 Horas Costa Nova

local Costa Nova

com a participação

Clube de Vela da Costa Nova

29 QUI ~ 1 AGOSTO DOM

### Campeonato Nacional de Absolutos

Juvenis, Juniores e Seniores

local Coimbra

com a participação

CAPGE - Clube da Associação

de Pais da Gafanha da Encarnação

23 SEX ~ 25 DOM

### Campeonato Nacional de Infantis

local Porto

com a participação

CAPGE - Clube da Associação

de Pais da Gafanha da Encarnação

31 SÁB

### Fase Zonal dos Torneios Abertos

local Penacova

com a participação

Clube Natureza e Aventura de Ílhavo

31 SÁB ~ 7 AGOSTO SÁB

### 8.ª Semana Internacional de Vela Costa Nova

local Costa Nova

com a participação

Clube de Vela da Costa Nova



## KAYAK PÓLO

O Kayak Pólo surgiu nas décadas de 60/70, em Inglaterra, quando praticantes da Canoagem de Descida de Rios e Slalom começaram a efectuar os seus treinos em piscinas durante o Inverno, ou quando os caudais dos rios não permitiam exercer a modalidade.

Para aprimorar a aprendizagem, foram criando pequenos jogos, nos quais foi introduzida uma bola. Daí em diante, a modalidade evoluiu, tendo sido definidas as regras para a disputa dos primeiros campeonatos. Rapidamente, esta nova modalidade da Canoagem difundiu-se por toda a Europa e, posteriormente, para a Oceania e Sudeste Asiático.

Realizado numa área de jogo de 40 metros de comprimento e 20 de largura, delimitada em piscinas, rios ou lagos, o Kayak Pólo tem como finalidade a marcação do maior número de golos na baliza adversária, suspensa a dois metros da superfície da água. Os encontros têm duas partes de 10 minutos cada e são disputados por duas equipas de cinco elementos ( mais três suplentes, com substituições ilimitadas), podendo a bola ser jogada com a mão ou a pagaia.



Para mais informações sobre esta modalidade,  
visite o site oficial da Federação Portuguesa de Canoagem  
[www.fpcanoagem.pt](http://www.fpcanoagem.pt).

## TODO O MÊS

### Férias Divertidas Náuticas

Actividades de Canoagem, Vela, Pólo Aquático, Natação e Nautimodelismo, Ateliers de Ciências Divertidas, Inglês e Música, Cinema, Trabalhos Manuais, Aulas de Educação Rodoviária, Visitas fora do Município, entre outras, dirigidas a Crianças e Jovens dos 6 aos 14 anos (sujeito ao numero de pré-inscrições).  
org Câmara Municipal de Ílhavo

### Formação Teórica e Prática dos Alunos da Escola de Vela

org ANGE - Associação Náutica da Gafanha da Encarnação

### Exposição de Fotografia "Olhos sobre o Mar"

Exposição dos 50 melhores trabalhos do VII Concurso de Fotografia  
local Navio Museu Santo André  
org Câmara Municipal de Ílhavo

## 29 JULHO ~ 1 DOM

### Campeonato Nacional de Absolutos

Juvenis, Juniores e Seniores  
local Coimbra  
com a participação  
CAPGE - Clube da Associação  
de Pais da Gafanha da Encarnação

## 31 JULHO SÁB ~ 7 SÁB

### 8.ª Semana Internacional de Vela Costa Nova

local Costa Nova  
com a participação  
Clube de Vela da Costa Nova

## 1 DOM ~ 6 SEX

### Campeonato Europeu Sharpie

local Hamburgo/Alemanha  
com a participação  
Sharpie Club (Portugal)

SEG TER QUA QUI SEX SÁB DOM

							1
2	3	4	5	6	7	8	
9	10	11	12	13	14	15	
16	17	18	19	20	21	22	
23	24	25	26	27	28	29	
30	31						

1 DOM ~ 8 DOM

### II Semana Náutica do Município de Ílhavo

Destaque para a realização da segunda edição da prova de Kayak Mar e SurfSky  
org Câmara Municipal de Ílhavo

7 SÁB

### I Challenger Fórum Náutico Surf-Ski

local Praia da Barra  
org Federação Portuguesa de Canoagem/ Câmara Municipal de Ílhavo

8 DOM

### 2.º Troféu Fórum Náutico Kayak Mar

local Praia da Barra/Ílhavo  
org Federação Portuguesa de Canoagem / Câmara Municipal de Ílhavo

21 SÁB ~ 22 DOM

### Fim de semana Náutico com a Família

local Jardim Oudinot  
org Câmara Municipal de Ílhavo

### Cinema ao Ar Livre

Festival do Bacalhau 2010  
org Câmara Municipal de Ílhavo

28 SÁB ~ 1 SETEMBRO QUA

### Miss Sumol Cup

Campeonato Nacional Surf  
Campeonato Europeu BodyBoard Feminino  
local Praia da Costa Nova



## BODYBOARD

Foi no Havai que o Bodyboard deu os seus primeiros passos, conhecido na altura como paipo-board (prancha de madeira). Engenheiro Químico e surfista, Tom Morey, aí residente, decidiu um dia aperfeiçoar esta ideia, criando a primeira prancha de espuma de polietileno, a que chamou de Bodyboard.

Em 1974 Morey mudou-se para a Califórnia, onde abriu uma pequena produção de pranchas no quintal de sua casa. Um ano depois, uma multinacional americana comprou-lhe os direitos de produção e passou a fabricá-la em grande escala. O resto da história é sobejamente conhecida: rapidamente, o Bodyboard ganhou milhares de praticantes, dentro e fora do mundo do Surf, amadores e profissionais, sobretudo por ser um meio mais seguro, divertido e acessível.

Definindo-se como uma modalidade onde o praticante desce a onda deitado numa prancha, o Bodyboard possui diversas manobras de execução, sendo as mais conhecidas o Túbo, o El Rollo, o 360 e o 360 Invertido, o Aerial e o 360 Aerial, o Drop Knee, o ARS (Air Roll Spinner) e o Backflip, grande parte delas auxiliadas por pato-barbatanas.

Para saber mais sobre esta modalidade, visite o site oficial da Federação Portuguesa de Surf e Bodyboard, em [www.surfing-portugal.com](http://www.surfing-portugal.com).



Para os interessados em praticar esta modalidade  
no Município de Ílhavo, contactar:

» **Associação de Surf de Aveiro**

Av. João Corte Real, 258, Praia da Barra

3830-751 Gafanha da Nazaré

Tel 234 368 658/ 966 828 832/ 919 246 928

[www.aveirosurf.com](http://www.aveirosurf.com) | [escola@aveirosurf.com](mailto:escola@aveirosurf.com) | [info@aveirosurf.com](mailto:info@aveirosurf.com)

## TODO O MÊS

### Programa de Iniciação à Natação

Jardins de infância  
do Município de Ílhavo

local Piscinas Municipais de Ílhavo e da

Gafanha da Nazaré

org Câmara Municipal de Ílhavo

### Actividades náuticas

dirigidas aos alunos do 1.º Ciclo do  
Ensino Básico do Município de Ílhavo

org Câmara Municipal de Ílhavo

### Jogos Náuticos de Ílhavo

destinatários

Estabelecimentos de Ensino  
do Município de Ílhavo

org Câmara Municipal de Ílhavo

### Escola de Surf e BodyBoard

org Associação de Surf de Aveiro

### Formação Teórica e Prática dos Alunos da Escola de Vela

org ANGE - Associação Náutica  
da Gafanha da Encarnação

### Sharpie Cup 2010

org Sharpie Club (Portugal)

### 2.º Etapa do Circuito Regional de Surf e BodyBoard

local Praia da Barra

## 28 AGOSTO SÁB ~ 1 QUA

### Miss Sumol Cup

Camp. Nacional Surf

Camp. Europeu BodyBoard Feminino

local Praia da Costa Nova

## 3 SEX ~ 5 DOM

### Encontro Nacional de Infantis (optimist)

local Costa Nova

org Clube Vela Costa Nova

## 4 SÁB

### Aquatlo Jovem do Machico

local Machico

com a participação

CAPGE - Clube da Associação

de Pais da Gafanha da Encarnação

## 11 SÁB ~ 12 DOM

### Final Nacional dos Torneios Abertos

local Águeda

com a participação

Clube Natureza e Aventura de Ílhavo

SEG TER QUA QUI SEX SÁB DOM

1 2 3 4  
5 6 7 8 9 10 11  
12 13 14 15 16 17 18  
19 20 21 22 23 24 25  
26 27 28 29 30

**12 DOM**

### Aquatlo "Os Belenenses"

local Lisboa

com a participação

CAPGE - Clube da Associação  
de Pais da Gafanha da Encarnação

**18 SÁB**

### Aquatlo de Sesimbra

local Sesimbra

com a participação

CAPGE - Clube da Associação  
de Pais da Gafanha da Encarnação

**4.ª Edição Regata**

### "Dou Mais Tempo à Vida"

local Costa Nova

org Liga Portuguesa Contra o Cancro  
e Clube Vela Costa Nova

**Ria Sailing Cup (420, Laser)**

org Clube Vela Costa Nova

**18 SÁB OU 19 DOM**

### Circuitos Abertos

local Sever do Vouga

com a participação

Clube Natureza e Aventura de Ílhavo

**25 SÁB**

### Sábado Divertido Náutico

Natação, Pólo Aquático, Canoagem,  
Hidroginástica e Jogos Aquáticos, diri-  
gidas a crianças e jovens entre os sete  
e os quinze anos de idade e público  
em geral.

org Câmara Municipal de Ílhavo

**26 DOM**

### Visita ao Porto de Aveiro

destinatários

Escolas do Município de Ílhavo  
org Câmara Municipal de Ílhavo

mais informação

Fórum Náutico Digital  
[www.cm-ilhavo.pt](http://www.cm-ilhavo.pt)



## NAUTIMODELISMO

Variante do Modelismo (recriação, em escala reduzida, de modelos de carros, navios, aviões, helicópteros, comboios etc.), o Nautimodelismo é essencialmente uma actividade de lazer que tem por objectivo a construção de modelos reduzidos, obedecendo a escalas específicas, de embarcações, nomeadamente veleiros, transatlânticos, barcos e navios militares ou civis. A sua prática é muito antiga, tendo sido encontradas réplicas com mais de 4000 anos.

Actualmente, esta actividade divide-se em duas modalidades: o Modelismo Naval Estático, conhecido também como Modelismo de Vitrina, onde os modelos não se destinam a navegar; e o Modelismo Navegável, onde os modelos destinam-se a navegar, podendo ser controlados por sinais de rádio, motorizados ou a vela.

O material mais utilizado para a construção destas reproduções é a madeira, mas nada impede que sejam feitas noutro material, como plástico ou resinas.



Para os interessados em praticar esta modalidade  
no Município de Ílhavo, contactar:

» **TEAM - Associação de Modelismo (Gafanha da Nazaré)**  
[team.gafanha@gmail.com](mailto:team.gafanha@gmail.com)

## TODO O MÊS

### Programa de Iniciação à Natação

destinatários Jardins de infância do Município de Ílhavo

local Piscinas Municipais de Ílhavo e da Gafanha da Nazaré

org Câmara Municipal de Ílhavo

### Acção de Sensibilização nas Escolas

Actividades de Canoagem

dirigidas aos alunos do 1.º Ciclo do Ensino Básico do Município de Ílhavo

org Câmara Municipal de Ílhavo

### Jogos Náuticos de Ílhavo

destinatários Escolas do Município de Ílhavo

org Câmara Municipal de Ílhavo

Prova de Natação

### Comemoração do 10.º Aniversário do CAPGE

org Câmara Municipal de Ílhavo e CAPGE

### Escola de Surf e BodyBoard

org Associação de Surf de Aveiro

### Formação Teórica e Prática dos Alunos da Escola de Vela

org ANGE - Associação Náutica da Gafanha da Encarnação

SEG TER QUA QUI SEX SÁB DOM

					1	2	3
4	5	6	7	8	9	10	
11	12	13	14	15	16	17	
18	19	20	21	22	23	24	
25	26	27	28	29	30		

### 9 SÁB ~ 23 SÁB

#### Surf Arte - Exposição e leilão de Obras de Arte

org Associação de Surf de Aveiro e Câmara Municipal de Ílhavo

### 10 DOM

#### Triatlo Estoril

local Estoril

com a participação

CAPGE - Clube da Associação de Pais da Gafanha da Encarnação

### 23 SÁB ~ 24 DOM

#### Ria Sailing Cup (420, Laser)

org Clube Vela Costa Nova

mais informação Fórum Náutico Digital

### 26 SÁB

#### Visita ao Porto de Aveiro

destinatários Escolas do Município de Ílhavo

org Câmara Municipal de Ílhavo

### 30 SÁB

#### Sabado Divertido Náutico

Natação, Pólo Aquático, Canoagem, Hidroginástica e Jogos Aquáticos, dirigidas a crianças e jovens entre os sete e os quinze anos de idade e público em geral.

org Câmara Municipal de Ílhavo

mais informação Fórum Náutico Digital | [www.cm-ilhavo.pt](http://www.cm-ilhavo.pt)



SURF



An aerial photograph showing a wide, sandy beach on the left and a dark blue ocean on the right. The beach is mostly empty, with some sparse vegetation and a few small structures visible. The ocean has a textured surface with small waves and ripples. The sky is not visible, as the image is focused on the ground and water.

O Surf é um desporto náutico, considerado como uma modalidade radical devido ao seu aspecto criativo e elevado grau de dificuldade dos movimentos a executar, ou seja, aqueles que se efectuam em cima de uma prancha no mar, à medida que uma onde se desloca em direcção à praia.

O primeiro relato concreto da existência do Surf foi feito pelo capitão britânico James Cook, o primeiro europeu a chegar ao arquipélago do Havai, local onde teve contacto com a actividade, numa altura em que as pranchas de madeira chegavam a pesar 68 quilos. O reconhecimento mundial veio com o campeão olímpico de natação e pai do surf moderno, o havaiano Duke Paoa Kahanamoku que, ao vencer os Jogos Olímpicos de 1912, em Estocolmo, assumiu-se como Surfista, passando desde então a introduzir a modalidade nos quatro cantos do Mundo, nomeadamente em 1913, nos Estados Unidos, e em 1915, na Austrália. O primeiro Campeonato Mundial Amador teve lugar em 1964, sendo realizado seis anos mais tarde o I Campeonato Profissional. Em Portugal, o Surf desenvolveu-se sobretudo na década de 80 e é actualmente um desporto náutico com grande projecção.

Consulte o site oficial da Federação Portuguesa de Surf e Bodyboard, em [www.surfingportugal.com](http://www.surfingportugal.com), e fique a saber mais sobre esta modalidade em Portugal.

Para os interessados em praticar esta modalidade, contactar:

» **Associação de Surf de Aveiro**

Av. João Corte Real, 258, Praia da Barra

3830-751 Gafanha da Nazaré

Tel.234 368 658/ 966 828 832/ 919 246 928

[www.aveirosurf.com](http://www.aveirosurf.com) | [escola@aveirosurf.com](http://escola@aveirosurf.com)/ [info@aveirosurf.com](mailto:info@aveirosurf.com)

### TODO O MÊS

#### Programa de Iniciação à NataçãO

destinatários Jardins-de-infância do Município de Ílhavo

local Piscinas Municipais de Ílhavo e da Gafanha da Nazaré

org Câmara Municipal de Ílhavo

#### Divulgação das Modalidades

##### Náuticas nas Escolas

Actividades Náuticas dirigidas aos alunos do 1.º, 2.º e 3.º Ciclo do Ensino Básico e Secundário do Município de Ílhavo

org Câmara Municipal de Ílhavo

#### Jogos Náuticos de Ílhavo

destinatários Escolas do Município de Ílhavo

org Câmara Municipal de Ílhavo

#### Escola de Surf e BodyBoard

org Associação de Surf de Aveiro

#### Regata de S. Martinho para todas as classes

local Gafanha da EncarnaçãO

org ANGE - Associação Náutica da Gafanha da EncarnaçãO

#### FormaçãO Teórica e Prática dos Alunos da Escola de Vela

org ANGE - Associação Náutica da Gafanha da EncarnaçãO

SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB	DOM
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

6 SÁB ~ 7 DOM

### Ria Sailing Cup

org Clube Vela Costa Nova

27 SÁB

### Sábado Divertido Náutico

Natação, Pólo Aquático, Canoagem, Hidroginástica e Jogos Aquáticos, dirigidas a crianças e jovens entre os sete e os quinze anos de idade e público em geral.

org Câmara Municipal de Ílhavo

### Prevenção da Acidentes com Bebés em Planos de Água

destinatários Encarregados de Educação dos Bebés das classes de natação das Piscinas Municipais de Ílhavo e da Gafanha da Nazaré

org Câmara Municipal de Ílhavo



## CANOAGEM

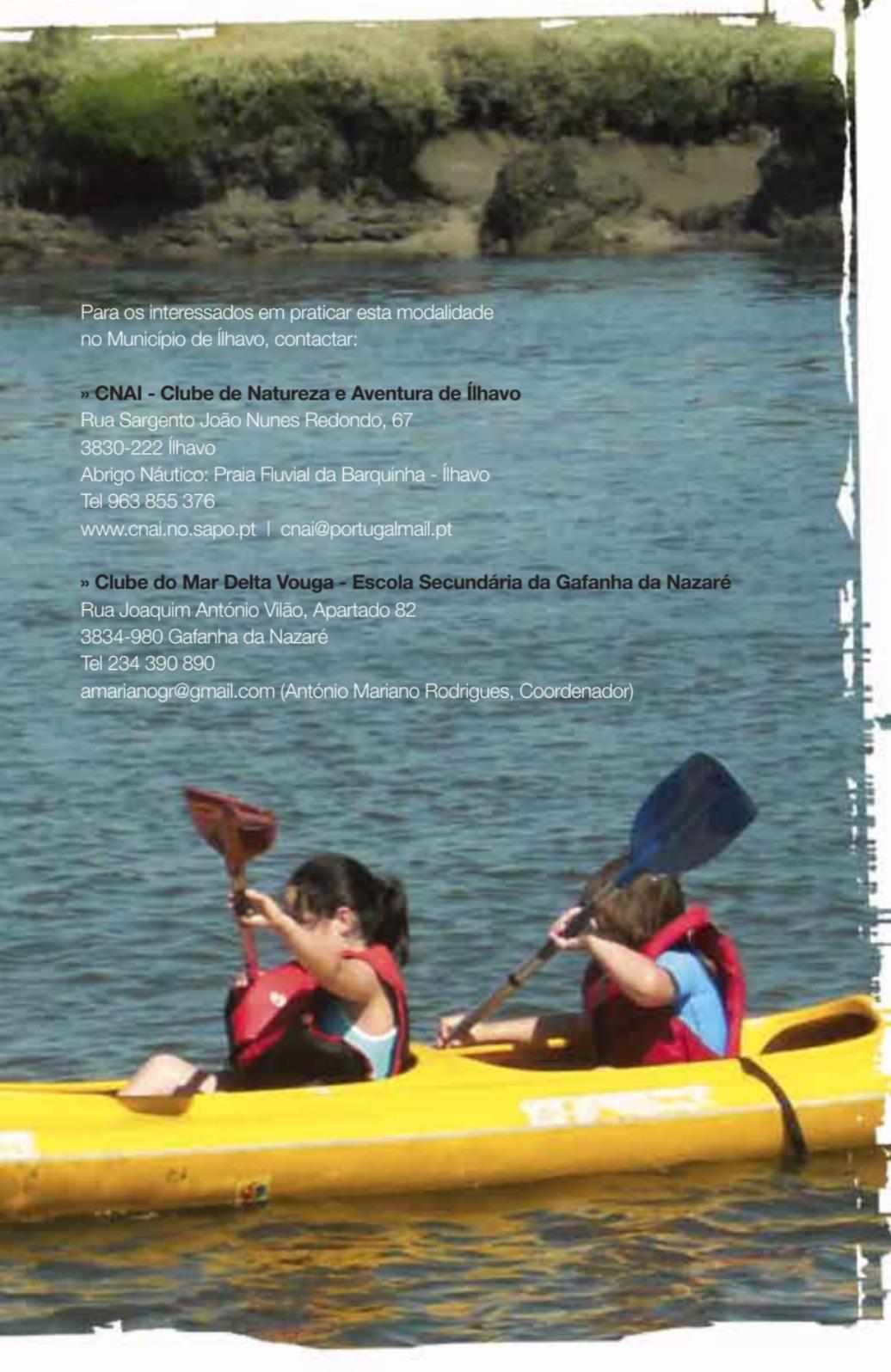
Desenvolvida durante séculos pelos povos nativos da América do Norte, do Alasca e da Gronelândia, a Canoagem é actualmente um desporto náutico com grande projecção, praticado com uma canoa ou um caiaque, cujo primeiro nome (canoa) deriva da palavra Kenu, que significa dugout, um tipo de canoa feito a partir do tronco de uma árvore.

Trazidas para a Europa através dos Ingleses, as canoas foram aproveitadas essencialmente para recreio e competição, existindo várias modalidades, das quais se destacam o Freestyle, Kayak-Mar, Kayak-Pólo, Águas Bravas, Maratonas, Velocidade, Slalom, sendo estas duas últimas modalidades olímpicas, mais recentemente surgiu o Surf- Ski.

Embora historicamente ligadas ao Canadá, aos Índios americanos e aos Esquimós, o testemunho arqueológico mais antigo de uma canoa foi encontrado na Ásia Menor, na Suméria, no túmulo do Rei Urukagina, junto ao Rio Eufrates. Trata-se de uma pequena canoa com pagaia com cerca de 6000 anos que, julga-se, terá sido uma oferta funerária ao falecido rei para a sua viagem ao longo da eternidade.

Para saber mais sobre esta modalidade, visite o site oficial da Federação Portuguesa de Canoagem, em [www.fpcanoagem.pt](http://www.fpcanoagem.pt).



A photograph of two people kayaking in a bright yellow kayak on a river. The kayakers are wearing red life jackets and are using paddles. The background shows a rocky riverbank with green vegetation.

Para os interessados em praticar esta modalidade  
no Município de Ílhavo, contactar:

» **CNAI - Clube de Natureza e Aventura de Ílhavo**

Rua Sargento João Nunes Redondo, 67

3830-222 Ílhavo

Abrigo Náutico: Praia Fluvial da Barquinha - Ílhavo

Tel 963 855 376

[www.cnai.no.sapo.pt](http://www.cnai.no.sapo.pt) | [cnai@portugalmail.pt](mailto:cnai@portugalmail.pt)

» **Clube do Mar Delta Vouga - Escola Secundária da Gafanha da Nazaré**

Rua Joaquim António Vião, Apartado 82

3834-980 Gafanha da Nazaré

Tel 234 390 890

[amarianogr@gmail.com](mailto:amarianogr@gmail.com) (António Mariano Rodrigues, Coordenador)

## TODO O MÊS

### Programa de Iniciação à Nataçãõ

destinatários Jardins-de-infância do Município de Ílhavo

local Piscinas Municipais de Ílhavo e da Gafanha da Nazaré

org Câmara Municipal de Ílhavo

### Divulgação das Modalidades

#### Náuticas nas Escolas

Actividades Náuticas dirigidas aos alunos

do 1.º, 2.º e 3.º Ciclo do Ensino Básico e Secundário do Município de Ílhavo

org Câmara Municipal de Ílhavo

### Jogos Náuticos de Ílhavo

destinatários Escolas do Município de Ílhavo

org Câmara Municipal de Ílhavo

### Escola de Surf e BodyBoard

org Associação de Surf de Aveiro

### Formação Teórica e Prática dos Alunos da Escola de Vela

org ANGE - Associação Náutica da Gafanha da Encarnação

### Regata de Natal

org Sharpie Club (Portugal)

SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB	DOM
			1	2	3	4
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

18 SÁB

### Sábado Divertido Náutico

Natação, Pólo Aquático, Canoagem, Hidroginástica e Jogos Aquáticos, dirigidas a crianças e jovens entre os sete e os quinze anos de idade e público em geral.

org Câmara Municipal de Ílhavo

### Massagem para Bebés ao Som de Música Náutica

destinatários Bebés das classes de natação das Piscinas Municipais de Ílhavo e da Gafanha da Nazaré

local Piscinas Municipais de Ílhavo e da Gafanha da Nazaré

20 SEG ~ 23 QUI

### Comemoração do Natal

local Piscina Municipal de Ílhavo e da Gafanha da Nazaré

org Câmara Municipal de Ílhavo



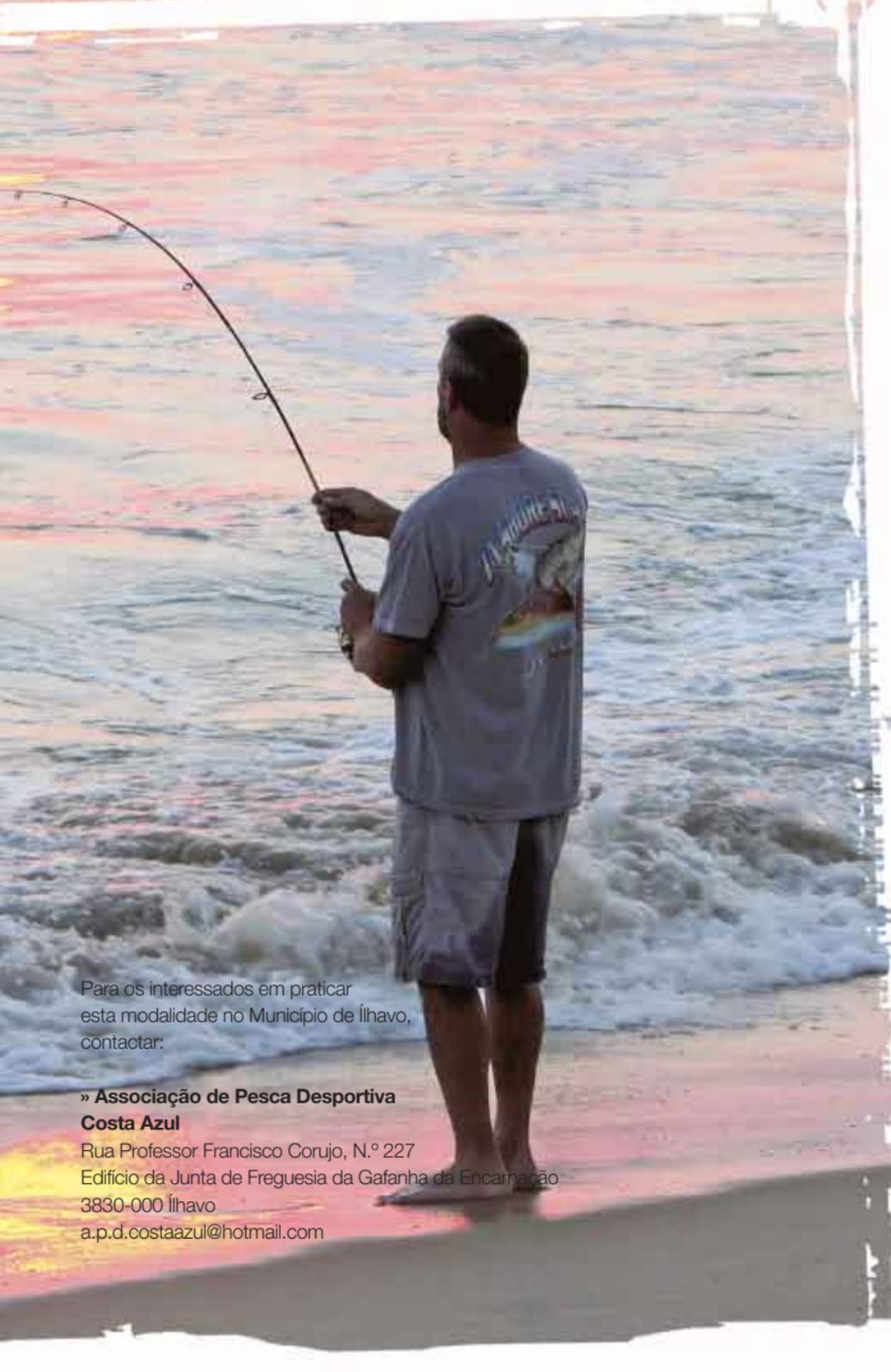
## PESCA DESPORTIVA

Desde sempre, a Pesca fez parte das culturas humanas, não só como fonte de alimento, mas também como modo de vida, fornecendo identidade a inúmeras comunidades. Para além destes fins, a Pesca é também uma actividade de lazer de eleição, designada então de Pesca Desportiva, ou seja, Pesca que se pratica como um hobby, sem que dela dependa a subsistência do pescador.

Pelo prazer de estar em contacto com a Natureza, o pescador desportivo criou diversas técnicas, que utiliza de uma forma competitiva ou pelo simples prazer de estar à pesca, nomeadamente a Pesca Inglesa, a Pesca Francesa, a Pesca Bolonhesa, a Pesca Corrico, a Pesca Pluma, a Pesca Fundo, a Pesca Directa e a Pesca Embarcada. Mas a modalidade mais popular é sem dúvida aquela em que se utiliza apenas vara de pesca, linha e anzol.

Sem dúvida um dos desportos mais saudáveis e bonitos ligados à náutica, a Pesca-arte de seduzir o peixe à distância-permite igualmente a interacção ao ar livre entre familiares e amigos, sendo uma excelente forma de fugir ao stress imposto pelo dia-a-dia nas cidades.

Para mais informações, visite o site da Federação Portuguesa de Pesca Desportiva, em [www.fppd.pt](http://www.fppd.pt).



Para os interessados em praticar esta modalidade no Município de Ílhavo, contactar:

» **Associação de Pesca Desportiva  
Costa Azul**

Rua Professor Francisco Corujo, N.º 227  
Edifício da Junta de Freguesia da Encarnação  
3830-000 Ílhavo  
[a.p.d.costaazul@hotmail.com](mailto:a.p.d.costaazul@hotmail.com)





[www.cm-ilhavo.pt](http://www.cm-ilhavo.pt)



o mar por tradição