II ENCONTRO DE MINI-POLO

2 fevereiro 2019 - FELGUEIRAS

O **Mini-Pólo** vai permitir uma participação ativa através do **Jogo, da Bola, das Balizas e da Agua e muita diversão**, pretendemos assim adquirir experiências e habilidades aquáticas, promover a participação de crianças e jovens, qualquer que seja a sua habilidade motora na água; auxiliar o desenvolvimento e consolidação do domínio do meio aquático; proporcionar uma formação lúdica desportiva, através do jogo; proporcionar uma formação diversificada das técnicas de Natação pura; proporcionar oportunidades de desenvolvimento pessoal e social através da integração num grupo e do desenvolvimento da sua auto-estima; contribuir para o aparecimento de novos núcleos da modalidade de pólo aquático.

1. REGULAMENTO GERAL

a) **Campo de Jogo –** pode ser jogado em qualquer plano de água.

b) **Constituições das equipas –** podem ser constituídas equipas mistas; o número de jogadores por equipa pode variar consoante as características do espaço e disponibilidade dos praticantes, mas deverá respeitar um mínimo de 5 elementos (4 jogadores + 1 guarda-redes).

c) **Bola e Balizas –** Podem ser utilizadas qualquer tipo de balizas e bolas, dando preferência a tamanhos reduzidos em relação ao estipulado nas regras oficiais de Pólo Aquático; aconselha-se, no entanto, a bola de formação de iniciação.

d) **Arbitro ou auxiliar de jogo –** cada jogo deverá ter um arbitro ou auxiliar de jogo que terá como função ajudar os jogadores a cumprirem as regras e se necessário explicar a sua decisão.

2. REGRAS BÁSICAS

a) Só se pode passar ou rematar com uma mão;

b) A bola não pode ser afundada e tem de estar sempre visível;

c) Não se pode empurrar, agarrar ou impedir qualquer movimento ao jogador adversário;

d) O jogador com bola não deverá deslocar-se com os pés no chão;

e) Qualquer jogador que vá isolado para a baliza e for impedido de progredir ou rematar beneficia de uma grande penalidade;

f) Qualquer jogador que não cumpra constantemente as regras estabelecidas ou tenha uma conduta anti-desportiva deverá ser substituído.

g) A duração dos jogos será de 10 minutos tempo útil.

Nota. Considera-se que a marcação de uma penalidade será efetuada de uma linha imaginária que distará +/- 4 metros da linha de golo.

Data - **2 de fevereiro de 2019**

Local - **Piscina Municipal Felgueiras**

Hora prevista de inicio de atividade - 15h30

Hora prevista termino da atividade - 18h30

Constituição das equipas - 5 elementos por equipa (nascidos em 2008 e mais novos);
(as equipas participantes devem comparecer na piscina, impreterivelmente, pelas 15H00)

Inscrições Gratuitas: Enviar Ficha de Participação até às **10h00** do dia **30 janeiro de 2019,** para info@annp.pt .

- Lembramos às equipas que não tenham número suficiente de elementos **(5)** podem agrupar-se a outras equipas.

- Os Clubes podem utilizar os seus gorros ou toucas de qualquer cor, para além do banco e azul, sendo que a cor tem que ser igual.

Participação, Diversão, Cooperação, Espírito de Entre Ajuda, Integração, Bola, Balizas e Muita Agua
= MINI-POLO

FICHA DE INSCRIÇÃO II ENCONTRO MINI POLO

2 de fevereiro de 2019 – 15H30

Piscina Municipal de Felgueiras

EQUIPA	

Nº	NOME	ANO DE NASCIMENTO
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		

Responsável pela equipa		Contactos : email: telemóvel:

(Enviar para info@annp.pt, impreterivelmente até às 10h00 de 30 janeiro 2019)