



FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE CANOAGEM

2017

Plano de Atividades



1 – INDICE

1 – INDICE	1
2 – APRESENTAÇÃO	2
3 – CARACTERIZAÇÃO DA SITUAÇÃO ACTUAL	5
4 – MISSÃO E OBJETIVOS	6
5 – ATIVIDADES E ESTRATÉGIAS	9
6-FORMAÇÃO DE RECURSOS HUMANOS	26
7-EVENTOS INTERNACIONAIS	27
8 – APETRECHAMENTO	29



2 – APRESENTAÇÃO

Caros Associados,

A Federação Portuguesa de Canoagem no último ciclo olímpico soube manter o caminho do sucesso, continuando a afirmar-se como uma das maiores referências do desporto português e uma referência internacional da modalidade.

Terminado um ciclo olímpico é hora de fazer balanços, vejamos alguns factos da nossa modalidade:

- A canoagem portuguesa conquistou 57 medalhas em Campeonatos da Europa e do Mundo, em diversos escalões e especialidades, sendo 22 delas em distâncias olímpicas;
- A canoagem portuguesa foi mais uma vez palco da organização de grandes eventos desportivos internacionais, 3 Campeonatos da Europa, 2 Campeonatos do Mundo e 4 Taças do Mundo, todos elogiados pelas entidades internacionais que tutelam a modalidade;
- A canoagem portuguesa teve uma atividade nacional muito rica e diversa, assente nas suas várias especialidades, que são a nossa maior riqueza, com uma boa dispersão e implementação geográfica;
- A canoagem portuguesa esteve assente num pilar chamado Residência Universitária que é claramente uma aposta ganha, onde o sucesso desportivo e aproveitamento escolar são compatibilizados, e cujo exemplo, começa agora a ser replicado por outras modalidades e organizações desportivas;
- A canoagem portuguesa teve uma situação financeira estável, com uma gestão de recursos equilibrada e responsável, permitindo o crescimento sustentado da modalidade;
- A canoagem portuguesa aumentou o seu número de praticantes, que se situa nos 3000 atletas federados;
- A canoagem portuguesa foi uma modalidade de referência no Desporto Escolar;
- A canoagem portuguesa fez uma aposta muito forte na Paracanoagem;



- A canoagem portuguesa implementou a FP Canoagem TV, com os episódios semanais e com os principais campeonatos nacionais com transmissões em direto, cujo modelo também começa a ser replicado por outras modalidades;
- A canoagem portuguesa viveu um clima de tranquilidade e estabilidade.

O próximo ciclo deve ser de continuação da afirmação e de consolidação da modalidade, através do envolvimento e diálogo constante com todos os agentes envolvidos. No entanto, o próximo mandato também deve ser também de mudança e de transição.

Os nossos técnicos, dirigentes, árbitros e sobretudo os atletas, a melhor geração de sempre, tem hoje a maturidade necessária e uma experiência adquirida, que nos leva a acreditar que estamos no caminho certo e que o futuro nos trará muitos sucessos.

Para o Ciclo Olímpico de 2017-2020 propomos alcançar 3 objetivos estratégicos, implementando um conjunto de medidas operacionais, após a avaliação do passado mandato junto dos agentes desportivos da Canoagem.

1. Aumentar o número de praticantes visando a massificação da modalidade;

Para tal:

Reforçar a aposta no Desporto Escolar, aproximando a Escola e o Clube, como fator de desenvolvimento e de formação do jovem praticante; Criar modelos competitivos simplificados e atrativos, para atrair novos praticantes; Aposta no aumento de praticantes no Desporto Adaptado, através do estabelecimento de parcerias com as instituições que trabalham com esta população alvo; Implementar medidas para atrair os praticantes de lazer e turismo náutico para a nossa organização; Pugnar na Administração Pública pelo licenciamento e credenciação das empresas a operar na modalidade e na formação obrigatória dos seus técnicos por parte da FPC; Aumentar a formação de treinadores, quer ao nível da formação inicial, nos diferentes níveis, quer ao nível da formação contínua.

2. Melhorar os resultados desportivos internacionais;

Para tal:

Reestruturar as equipas técnicas nacionais de velocidade e adequá-las ao novo programa olímpico de Tóquio 2020; Dotar e apetrechar o Departamento de Alto Rendimento com mais e melhor apoio complementar, nomeadamente, médico, psicológico, nutricionista, avaliação e controlo do treino; Trabalhar a equipa nacional Sub23 de velocidade em 2 níveis, em função da idade, permitindo atenuar as dificuldades e desmotivação, verificadas na transição entre as categorias

Federação Portuguesa de Canoagem | Plano de atividades 2017



de juniores e seniores; Elevar o nível qualitativo na Canoa Feminina e na Paracanoagem, através de um aumento do número de atletas integrados nas equipas nacionais e a sua participação em competições internacionais; Manter o Centro de Treino de Slalom em La Seu D'Urgel, como catalisador do alto rendimento na especialidade; Reforçar a aposta nas equipas nacionais das especialidades não olímpicas, com a participação em campeonatos da europa e do mundo, como sejam, a maratona, kayak-polo e canoagem de mar;

3. Incrementar as condições de organização de eventos desportivos nacionais e internacionais.

Para tal:

Colaborar com o Município de Montemor-o-Velho nas melhorias a implementar no CAR, nomeadamente, a construção de torre de chegada e a proteção arbórea ao vento dominante; Promover parcerias para a organização de competições de canoagem de âmbito local e regional; Analisar com as associações regionais medidas de promoção da canoagem a nível regional, como sejam, nomear técnicos regionais e equipas regionais, campeonatos regionais em simultâneo e de todas as especialidades; Promover a descentralização geográfica na atribuição da organização de campeonatos nacionais; Colaborar com o Conselho de Arbitragem para concretizar a formação de árbitros, a progressão na carreira, nomeação de mais árbitros internacionais, e avaliar a introdução de um valor pecuniário; Apetrechar a federação de melhores recursos materiais e humanos para a organização dos eventos desportivos.

Para a concretização destes objetivos, é necessário a participação de todos e nós contamos com todos!

Contamos com os nossos clubes, com os nossos treinadores, com os nossos árbitros e com os nossos atletas!

Contamos com os nossos colaboradores!

Contamos com todos!

O Presidente



3 – CARACTERIZAÇÃO DA SITUAÇÃO ACTUAL

Com o fim do ciclo Rio 2016 a canoagem continua em destaque no panorama desportivo nacional, depois de ter atingido resultados de grande prestígio não só no Rio 2016 mas também ao longo de todo o ciclo olímpico.

Partimos para Tóquio 2020 com reconhecimento público e estatal do trabalho que desenvolvemos neste último ciclo olímpico, com a consciência de que queremos e podemos fazer mais e melhor e com a ambição de conquistar medalhas nos próximos Jogos Olímpicos.

Mantemos em Portugal os principais eventos Europeus e Mundiais da Canoagem, em diferentes disciplinas, capacitando a Federação e a modalidade de recursos fulcrais para o desenvolvimento comum.

O melhoramento da estrutura, do apetrechamento e dos técnicos no seio das equipas nacionais são também hoje uma realidade e uma base para um maior e melhor trabalho no seio deste desporto em Portugal, às mãos da Federação Portuguesa de Canoagem (FPC).

O apoio privado e patrocínios têm sido mais um reconhecimento do trabalho realizado nesta modalidade, mas também a diversidade de pedidos de inclusão da nossa modalidade nos mais variados cenários, sejam publicitários, educativos ou mesmo de lazer, são para nós também um sinal da saúde positiva da modalidade no nosso País.

Partimos também com a consciência de que ainda muito temos a fazer, muito temos a melhorar em áreas já existentes, mas sobretudo em novas áreas, às quais não conseguimos ainda dar o acompanhamento necessário e desenvolver o trabalho que foi planeado, de uma forma sustentada e continua.

No campo das melhorias, foram já identificados alguns aspetos que urge considerar, quer a nível interno, quer externo. Uma melhor regulação da atribuição de eventos do calendário nacional e regional, maior e melhor controlo financeiro na organização e na gestão dos recursos que são alocados a esses mesmos eventos, a definição concreta das atribuições e competências ao nível do trabalho local e regional, bem como as entidades/agentes capazes de assumirem a responsabilidade de gestão da atividade regional, o melhoramento do funcionamento da arbitragem e da articulação entre o Conselho Nacional de Arbitragem e a estrutura federativa, a nível mais interno, na própria organização federativa, com uma mais clara definição de responsabilidades, funções e posições no seio da estrutura da FPC, Estas são apenas algumas das questões, que abarcam diferentes áreas de intervenção da modalidade, que serão alvo de aperfeiçoamentos e melhorias no início deste novo ciclo.

Federação Portuguesa de Canoagem | Plano de atividades 2017



A FPC parte para mais um ciclo olímpico com condições bastante satisfatórias, e que não sendo as ideais, entendemos serem as necessárias para que possamos continuar a nos afirmar e destacar no Desporto Nacional por mais um Ciclo Olímpico.

4 – MISSÃO E OBJETIVOS

Com base na situação atual da modalidade acima apresentada e nas atividades já previstas para o ano de 2017, estabelecemos como principais objetivos para esta nova época:

Atividades Regulares

1. Maior e melhor controlo financeiro ao nível das diferentes áreas de intervenção;
2. Atualização do Regulamento Interno da FPC;
3. Construção de um regulamento, para uma avaliação criteriosa das provas do calendário de competições;
4. Implementação de delegados regionais, responsáveis pela gestão da atividade em cada uma das zonas do território continental
5. Melhoramento do funcionamento do CNA e da arbitragem nacional;
6. Aumentar os níveis de atividade nos projetos de desenvolvimento da modalidade e desporto para todos;

Alto rendimento

1. Reformulação das Equipas Nacionais de Velocidade e Slalom para o novo programa Olímpico 2020;
2. Maior atenção para a Canoa Feminina nos Projetos Olímpicos de Velocidade e de Slalom;
3. Criação de uma equipa Sénior completa para disputar o mundial 2018 em Portugal na disciplina de velocidade e na Maratona;
4. Manutenção de níveis de excelência com a obtenção de medalhas em Europeus e Mundiais das disciplinas de Velocidade e Maratona nas categorias de juniores, sub23 e Seniores;
5. Restruturação e melhoramento das Equipas Nacionais de Kayak Polo com vista à sua participação no Europeu de 2019 em território nacional, com especial incidência no sector Feminino.



Outros

1. Organização de dois eventos Internacionais em 2017: CAR de Montemor-o-Velho e em Ponte de Lima, que servirão de preparação para os Campeonatos do Mundo de 2018;
2. Dar continuidade do trabalho que tem sido levado a cabo na formação de Recursos Humanos, nomeadamente na formação inicial e formação contínua de treinadores;
3. Investir na manutenção do nível qualitativo e organizativo interno e externo da FPC, nas diferentes áreas de intervenção.
4. Aumentar o número de árbitros Internacionais de Canoagem, em especial nas disciplinas de Velocidade e de Kayak Polo.

Também presente nestes objetivos e com grande importância na base da modalidade, continuaremos focados na organização de todas as competições do calendário Nacional e Regional, sendo que para 2017 não estão previstas quaisquer alterações significativas, quer regulamentares, quer da estrutura do calendário Regional/Nacional.

Integrado no Programa Nacional de Desporto Para Todos, promovido pelo IPDJ, e com início durante a época 2015, será mais uma vez dada continuidade e maior aposta neste projeto que terá como principal objetivo a promoção da prática desportiva alicerçada nos pilares da educação/formação desportiva e da promoção da saúde. Pretendemos apetrechar a FPC com mais meios materiais, criando as condições para que a modalidade se torne um desporto de prática mais generalizada, acessível para toda a população, independentemente do nível de prática pretendido, e com uma implementação em todas as regiões do território nacional.

Este projeto continuará transversal a um conjunto de áreas e atividades, nomeadamente, a Paracanoagem, onde tem sido realizado um bom trabalho na promoção, tendo inclusivamente esta vertente sido protagonista num programa televisivo de ficção nacional, o Desporto Escolar, onde temos tido grande sucesso, com um aumento gradual do número de alunos/praticantes e de grupos/equipa e um forte investimento no apetrechamento material dos Centros de Formação Desportiva ao longo do último ano, e ainda o desenvolvimento Feminino, onde temos ainda um longo trabalho a fazer, nomeadamente na aposta na Canoagem Feminina, que faz já parte do programa Olímpico no Slalom e na Velocidade para Tóquio 2020.

Já no alto rendimento, na disciplina de Velocidade, visando diminuir as dificuldades inerentes à transição entre as categorias juniores e seniores, será criada uma segunda equipa Sub23, constituída por atletas de primeiro e segundo ano, que não consigam a integração na equipa sub23 principal. Com esta alteração, pretendemos manter motivados e dar oportunidade de participação internacional a estes jovens, que trabalharão com objetivos temporais mais



alargados, visando a melhoria qualitativa e a possibilidade de alargamento da base de recrutamento futura da equipa sub23 e senior.

Não colocando de parte as limitações financeiras existentes, teremos a necessidade de reestruturar algumas das equipas técnicas, em especial no Slalom, que deverá iniciar um novo projeto e também no kayak polo. Na Velocidade, haverá alterações ao nível das atribuições dos técnicos já existentes, adaptando a estrutura face ao novo programa olímpico

Ainda na disciplina de Slalom, o projeto do centro de estágio de La Seu Urgel(Espanha), deverá ser mantido para este novo ciclo olímpico, estando neste momento em causa apenas a escolha e contratação de um novo técnico e a sua viabilização orçamental, no seio do alto rendimento e do projeto Olímpico Tóquio 2020.

Pretendemos manter os trabalhos na paracanoagem com vista ao melhoramento dos níveis competitivos internacionais dos nossos atletas com vista ao calendário competitivo de 2017 e em especial a participação no Mundial de Velocidade em 2018.

No geral, manteremos o rumo que tem sido seguido na última década ao nível do Alto Rendimento e Seleções Nacionais, das diferentes disciplinas, mantendo a exigência na procura de resultados de mérito para a modalidade e para o nosso país.

Um dos grandes objetivos e missão para 2017, será sem sombra de dúvida o arranque dos trabalhos de preparação para organização do Mundial de Velocidade e de Maratona em 2018, que obrigará a um esforço e atenção suplementar por parte da FPC, principal organizador dos eventos e cujos recursos humanos neste momento já se encontram a efetuar o trabalho de campo e de preparação destes eventos.

Estes eventos, que serão ainda antecidos por um Campeonato Europeu de Maratona, que se realizará, por decisão da Associação Europeia de Canoagem, num novo local, neste caso em Ponte de Lima, que receberá o seu primeiro evento Internacional e ainda mais uma Taça do Mundo de Velocidade, a decorrer no CAR de Montemor-o-Velho.

Na Formação de Recursos Humanos, manteremos a aposta na valorização e capacitação dos nossos agentes, elemento fundamental para nos assumirmos cada vez mais na liderança e na vanguarda do desporto nacional. Manteremos em 2017, a oferta inicial de formação ao nível dos Cursos de Treinadores de Grau I e Grau II, depois de em 2016 termos atribuído as primeiras



cédulas de treinadores de Canoagem de Grau II, obtidas através do modelo de formação de treinadores em vigor. 2017 será o ano de iniciarmos todo o trabalho de preparação e aprovação, dos referencias de formação específica, dos Cursos de Treinadores de Grau III, para que no final do ano, possamos estar em condições de arrancar com a primeira formação deste nível. Manteremos também a oferta formativa ao nível da formação contínua de treinadores, contribuindo desta forma para a atualização dos conhecimentos e melhoria intervenção pedagógica, dos treinadores nacionais.

5 – ATIVIDADES E ESTRATÉGIAS

Organização e Gestão

Direção da FPC

Em ano de novo ciclo olímpico realizou a FPC eleições para os corpos sociais, nomeadamente para a nova direção para este ciclo Tóquio 2020.

Destas eleições resultou um novo grupo de trabalho, liderado pelo mesmo Vitor Félix como Presidente da direção e acompanhado pelos já Vice-Presidentes, José Carlos Sousa e Ricardo Machado, a quem se junta agora João Botelho, reconhecido impulsionador da modalidade em especial da modalidade de Kayak Polo e Ernesto Morais, Ex dirigente do Náutico de Ponte de Lima, atualmente o clube referência na nossa modalidade, em diversas áreas.

O modo de operação deste novo grupo de trabalho não deverá sofrer muitas alterações ao que foi realizado no último Ciclo Olímpico, com o Presidente a liderar as áreas políticas e de relações com entidades e parceiros e com a área financeira, José Carlos Sousa a se dedicar em grande parte à organização e equipa de preparação dos eventos Internacionais, além das Equipas Nacionais de maratona.



Ricardo Machado continuará destacado da sua profissão de professor de Educação Física, para poder dar cumprimento à sua função, a tempo inteiro, de diretor Técnico Nacional, com responsabilidades nas áreas do Projeto Olímpico, Alto Rendimento, Desporto para Todos e Formação de Recursos Humanos.

João Botelho ficará em especial ligação com a preparação do Campeonato da Europa de kayak Polo em 2019, e ainda com a reestruturação do Kayak Polo e das suas equipas Nacionais, além das rubricas da comunicação e imagem, onde a FPC pretende melhorar significativamente e ainda com a organização da atividade regional, e nacional Sul.

Ernesto Morais terá a seu cargo a organização do Slalom em Portugal, nomeadamente o projeto Olímpico e equipas Nacionais sénior e ainda as equipas de base, nos escalões de formação. Além disso terá um papel fundamental na atividade regional norte e ainda no trabalho de angariação de novos parceiros para a FPC e na vertente do turismo Náutico.

Não obstante destas especializações, toda a direção continuará a lidar diariamente com a atividade regular da Federação, supervisionado a área técnica dos diversos sectores, mantendo na sua maioria um dirigismo benévolo que continua a ser a única solução para esta estrutura, pelo menos enquanto o financiamento desta modalidade continuar nos níveis atuais.

Apresentamos abaixo as divisões de funções e competências detalhadas para cada um dos membros da direção da FPC.

PRESIDENTE DA FPC - VITOR FÉLIX

- Representar a federação junto da Administração Pública;
- Representar a federação junto das suas organizações congéneres, nacionais, estrangeiras ou internacionais;
- Representar a federação desportiva em juízo;
- Convocar as reuniões da direção e dirigir os respetivos trabalhos, cabendo-lhe o voto de qualidade quando exista empate nas votações;
- Solicitar ao presidente da mesa da assembleia geral a convocação de reuniões extraordinárias deste órgão;
- Participar, quando o entenda conveniente, nas reuniões de quaisquer órgãos federativos de que não seja membro, podendo intervir na discussão sem direito a voto;
- Assegurar a organização e o bom funcionamento dos serviços;



- Contratar e gerir o pessoal ao serviço da federação;
- Área Financeira;
- Área Administrativa;
- Kayak Surf.

DIRECÇÃO DA FPC - JOSÉ CARLOS SOUSA, RICARDO MACHADO, JOÃO BOTELHO E ERNESTO MORAIS

- Aprovar os regulamentos;
- Organizar as seleções nacionais;
- Organizar as competições desportivas não profissionais;
- Garantir a efetivação dos direitos e deveres dos associados;
- Elaborar anualmente o plano de atividades;
- Elaborar anualmente e submeter a parecer do conselho fiscal o orçamento, o balanço e os documentos de prestação de contas;
- Administrar os negócios da federação em matérias que não sejam especialmente atribuídas a outros órgãos;
- Zelar pelo cumprimento dos estatutos e das deliberações dos órgãos da federação.

FUNÇÕES E COMPETÊNCIAS DOS MEMBROS DA DIRECÇÃO

Vice-presidente – José Carlos Sousa

- Eventos Internacionais
- Longa Distância – Maratona
- Ligação com CNA

Vice-presidente – Ricardo Machado

- Projeto Olímpico e Paralímpico- Velocidade
- Equipas Nacionais de Velocidade
- CAR – Centro de Alto Rendimento
- Desporto Escolar
- Residência Universitária
- Formação de Treinadores e Recursos Humanos
- Desporto para Todos

Vice-presidente – João Botelho

- Organização Calendário Nacional Sul
- Associações Regionais
- Kayak Polo
- Canoagem de Mar



- Comunicação e Inovação

Vice-presidente – Ernesto Morais

- Slalom
- Organização Calendário Nacional Norte
- Património
- Marketing e Patrocínios
- Turismo Náutico

Outros órgãos

As atividades e gestão da modalidade nos diferentes órgãos serão mantidas dentro do mesmo panorama, com o habitual destaque para o Conselho Nacional de Arbitragem(CNA), com um novo grupo de trabalho eleito e que manterá o seu orçamento independente, com total responsabilidade e autonomia no seio da gestão dos árbitros, suas carreiras desportivas e nomeações a provas do calendário 2017.

Serão ainda prioridades do CNA para esta nova época e ciclo Olímpico:

- A criação de um código de conduta e manual de nomeação de árbitros;
- Uma avaliação no seio da arbitragem
- Um manual da carreira do árbitro
- Criação de propostas para novas formas de compensação financeira do trabalho da arbitragem
- Novos conteúdos e estrutura da formação de árbitros e seus níveis
- Critérios para a formação e participação dos nossos árbitros a nível Europeu e Mundial

O Conselho de Disciplina manterá a sua consultadoria jurídica no advogado Dr. Eduardo Sá, que continuará também a desempenhar funções de apoio jurídico direto à direção e secretaria da FPC.

Departamento administrativo e logístico



Não deverão ocorrer alterações estruturais aos serviços da FPC, que neste momento se apresenta com os dois elementos afetos ao funcionamento dos serviços administrativos nos últimos 14 anos.

No entanto e ainda na área administrativa e com início ainda em 2016, a FPC tem agora um apoio diário na área da contabilidade, com um novo elemento que desempenha funções através de um estágio profissional do IEFP e que termina em maio de 2017, havendo intenção clara de manutenção deste recurso, através de proposta de contrato de trabalho após este período e de acordo com a disponibilidade orçamental da FPC.

Na área Logística, mantemos o único elemento que dispomos no quadro e pretendemos adicionar um novo elemento, a tempo parcial, para apoio direto aos principais eventos e atividades a decorrer em 2017.

É ainda prioridade, no âmbito da renovação do regulamento interno da FPC, a criação de regulação interna de carreira administrativa e definição clara de funções.

Serão também mantidas as prestações de serviços ao departamento administrativo, com a empresa 'Memórias' a prestar o apoio informático e desenvolvimento da plataforma de gestão de competições, assim como os serviços prestados pelo TOC (Técnico Oficial de Contas) da FPC, Dr. Nuno Soares.

Manteremos obviamente o bom trabalho realizado pelas comissões de algumas das disciplinas, nomeadamente, Kayak Surf e Kayak Polo que deverão ser alvo de reestruturação e entrada de novos elementos.

Os serviços administrativos serão ainda apoiados pela equipa de trabalho contratada para os eventos Internacionais no âmbito das tarefas relativas a estes mesmos eventos e também em algumas competições nacionais, nomeadamente no Nacional de Velocidade e de Maratona.

Departamento de Marketing e Comunicação

Esta área, na qual normalmente não nos focamos muito a apresentar estratégias ao longo do Plano de atividades, e embora tenha sido sempre uma preocupação é uma das nossas prioridades para 2017, onde pretendemos melhorar substancialmente o trabalho realizado e as iniciativas de promoção e divulgação da marca Canoagem em Portugal.



Temos consciência que estamos na vanguarda do desporto Nacional, temos hoje um canal online de promoção da modalidade, com um impacto muito grande do seio da modalidade, temos um novo site, multidisciplinar onde dispomos de currículos individualizados, detalhe de eventos, entre muitas outras potencialidades, estamos presentes nas mais importantes redes sociais. Porém a gestão de tudo isto tem sido realizada pelos recursos já existentes, que acumulam funções em demasia e que acabam por não dar as mais adequadas respostas aquilo que é o plano que pretendemos colocar em prática.

Depois de conseguirmos apetrechar o departamento financeiro de novos recursos, é nossa intenção de dar prioridade a esta área de intervenção com o objetivo de:

- Melhorar e aumentar os conteúdos noticiosos publicados;
- Aumentar e manter atualizados os conteúdos multidisciplinares na página oficial da FPC;
- Criação de novos conteúdos no âmbito das atividades de índole, local, regional, nacional e internacional realizadas em 2017;
- Criar uma imagem moderna da FPC, com construção de novo logotipo, e nova imagem corporativa
- Maior acompanhamento e divulgação do trabalho das equipas nacionais ;
- Melhorar o projeto FPCanoagemTV com novos programas e conteúdos e melhor divulgação do mesmo
- Angariar novos patrocinadores e parceiros para a FPC .

A FPC continuará assim a investir na sua comunicação interna e externa, exemplo disso é a continuidade do projeto FPCanoagemTV para 2017.

Desenvolvimento de atividades desportivas

Depois de neste mesmo documento em 2016 termos apresentado as primeiras notas no âmbito da valorização de novos fatores na atribuição de provas do calendário da FPC, em 2017 pretendemos criar uma regulamentação criteriosa para aplicação a partir de 2018. É inclusive um dos nossos principais objetivos para a época 2017, conforme já estipulado neste documento.

Em 2017 serão realizadas o mesmo número de atividades de índole nacional e Regional, procurando a FPC manter o mesmo nível qualitativo a que já habituou os seus clubes e



participantes, embora com vista a uma redução geral da despesa, que deverá ser em parte assumida pelos coorganizadores dos principais eventos nacionais e parceiros da FPC.

A nível regional, 2017 será o ano de inclusão dos delegados regionais, nas regiões do continente, depois de diversas tentativas falhadas de revitalizar e legalizar as associações regionais existentes, sem sucesso no último Ciclo Olímpico. Não sendo possível prolongar mais este assunto, a FPC irá implementar um projeto a Norte, Centro, Bacia do Tejo e Sul para realização da atividade regional e local, dentro de parâmetros e requisitos pré-definidos.

Nas ilhas pretendemos dar um maior apoio e visibilidade às atividades realizadas pela Associação de Canoagem da Madeira e dos Açores, mas também ter uma maior intervenção e cooperação ao nível dos Campeonatos Regionais realizados, que devem na medida do possível, aplicar as mesmas regras que são usadas no continente, considerando sempre as limitações e especificidades existentes.

Manteremos ainda o habitual apoio a provas de interesse nacional, propostas pelos nossos associados e ainda as atividades de âmbito competitivo ou recreativo com os nossos parceiros e patrocinadores.

Pretendemos ainda em 2017 terminar a regulamentação da disciplina de Barcos Dragão, de forma a podermos oficializar as competições que já se encontra no calendário anual de provas, mas também aumentar o número de atividades nesta disciplina.

Atividades regulares (Campeonatos regionais e nacionais e taças de Portugal) que propomos promover em 2017.

Maratona	Nº de Provas
Campeonato Regional de Maratona	>5
Campeonato Nacional de Maratona	1
Campeonato Nacional de Esperanças	3
Campeonato Nacional de Canoagem de Mar	6
Taça de Portugal Maratona	1
Velocidade	
Campeonato Regional de Fundo	>5



Campeonato Regional de Regatas em Linha	>3
Campeonato Nacional de Regatas em Linha	2
Campeonato Nacional de Fundo	1
Taça de Portugal de Regatas em Linha	1
Taça de Portugal de Tripulações de Fundo	1
Slalom	
Campeonato Regional	>1
Campeonato Nacional	1
Taça de Portugal	1
Campeonato Nacional de Esperanças	3
Kayak Polo	
Campeonato Regional	>1
Campeonato Nacional	3
Taça de Portugal	1
Primeiras Pagaiadas	
Fase Zonal	>8
Fase Final Circuito	1
Slalom	1
Kayak Surf & Waveski	
Campeonato Nacional	3
Taça Ibérica	1
Barcos Dragão	
Taça de Portugal	1

Além destas competições serão ainda organizadas e/ou apoiadas pela FPC um conjunto alargado de competições, internacionais e nacionais, das quais destacamos:

- Taça Ibérica Slalom
- Internacional Fridão de Slalom
- Maratona Internacional de Crestuma
- Descida D`Ouro em K4
- Torneio Internacional de Kayak Polo – Setúbal Cup



- Subida Internacional do Rio Arade
- Madeira Ocean Race
- Troféu Cláudio Poiares
- Sesimbra Surfski Series
- Troféu Filipe Passos
- Dual Slalom – ADA Night Race

Entre outras, a constarem no calendário da modalidade em 2017.

Projeto Mais Canoagem para o Rio

É objetivo deste programa alargar a base de praticantes e a implementação da modalidade em todo o território nacional, com a criação de novos clubes e a fixação de mais atletas e praticantes.

É intenção da FPC dar continuidade ao projeto “Mais Canoagem para o Rio”, apoiado pelo Programa Nacional Desporto para Todos, do Instituto Português do Desporto e da Juventude, elaborando para tal uma nova candidatura ao programa, assim que esteja disponível, abrangendo as seguintes áreas de intervenção:

❖ *Mais Clube*

Identificação de locais com condições para criação de novos clubes

Apoio técnico e material à criação de clubes.

❖ *Mais Canoagem na Escola*

Ações de demonstração e captação

Apoio técnico e material na organização dos quadros competitivos escolares.

Formação de professores

Apoio à criação de novos grupos/equipa de canoagem e Centros de Formação Desportiva

❖ *Mais Canoagem para Todos*

Projeto de desenvolvimento da Paracanoagem, com formação de técnicos e

organização de encontros regionais em parceria com instituições do setor social.

❖ *Mais Canoagem no Feminino*



Desenvolvimento da Canoagem Feminina, com sistema de incentivos para a fixação de atletas na canoa feminina e realização de encontros/estágios mais alargados.

❖ *Portugal a Pagaiar*

Circuito Nacional de Descidas de Rios Desportivos.

Projeto de desenvolvimento Juvenil

Já com três anos de existência, este projeto, que tem albergado na sua essência o Encontro Nacional de Infantis, representa para a modalidade uma oportunidade não só de consulta do nível competitivo dos nossos mais jovens atletas nacionais, mas também da possibilidade de aumentar e o número de praticantes da modalidade, seja atraindo mais jovens à prática, seja combatendo as taxas altas de abandono que a modalidade continua a registar. É intenção da FPC reforçar este projeto com a realização de mais um encontro, de base regional, a realizar no período das férias escolares de verão.

Pretende-se ainda que os ensinamentos presentes neste projeto e ações possam melhorar a qualidade da prática realizada pelos jovens praticantes, em termos médios e gerais, meta esta que terá os seus reflexos, a médio prazo, na obtenção de melhores resultados competitivos no mais alto escalão de rendimento.

Canoagem de Lazer

Reconhecemos já no nosso programa de ação para 2017 apresentado a todos os associados a necessidade urgente de regular a prática desportiva de Canoagem de lazer.

Não sendo uma situação e estratégia que referimos pela primeira vez, queremos que 2017 fique marcado pela concretização de alguns objetivos para nos fulcrais para o avançar desta área de intervenção da modalidade no desporto não competitivo ou de lazer.

Assim pretendemos para 2017:



- Implementar medidas para atrair os praticantes de lazer e turismo náutico para a nossa organização;
- Criação de um Circuito de Descidas de Turismo Náutico, em parceria com clubes e com as empresas que operam nesta área, criando o “Passaporte do Canoísta”;
- Pugnar na Administração Pública pelo licenciamento e credenciação das empresas a operar na modalidade e na formação obrigatória dos seus técnicos por parte da FPC;

Seleções Nacionais e Alto Rendimento

Terminou o Ciclo Rio 2016, com momentos de grande alegria e superação, um enorme número de títulos e medalhas alcançadas mas também com uma sensação de termos ficado, no caso dos Jogos Olímpicos, aquém do planeado e do já concretizado no passado recente.

Foi clara a falta da medalha olímpica, alcançada em Londres, que foi porém compensada em parte pela melhor prestação desportiva nacional no Rio 2016, destacando-se um quarto, um quinto e um sexto lugar, na Velocidade e ainda por um nono lugar no Slalom.

Era um objetivo desta direção voltar às medalhas alcançadas em Londres, porém no desporto, como na vida, nem sempre é possível atingir o pleno sucesso e aquilo que ambicionamos. Nos próximos 4 anos temos de continuar a lutar, trabalhar e acreditar, que é possível voltarmos a ter em Toquio 2020 um momento de afirmação e de história para a Canoagem e o Desporto Português.

Em 2017 iremos continuar o trabalho realizado, manteremos a estrutura base e pilar das Equipas nacionais das diferentes disciplinas, com especial atenção para o novo programa Olímpico, com a inclusão de novas distancias e o grande desafio da canoa Feminina, que é urgente priorizar no seio dos clubes e das equipas nacionais de Velocidade e de Slalom.

Queremos voltar a superar aquilo que já foi atingido e manter a canoagem portuguesa em destaque no panorama desportivo nacional.

Faremos alguns ajustes em termos de recursos humanos e estratégias com vista à maximização do trabalho no seio das equipas nacionais e preparação para os desafios da época 2017 e novo Ciclo Olímpico, onde destacamos a participação no mundial de 2018 de Velocidade e de Maratona e também no Europeu de kayak Polo em 2019.



VELOCIDADE

Tal como já referido o grande objetivo será nesta disciplina a adaptação ao novo programa Olímpico e a preparação de uma equipa para o Mundial de 2018.

Não esquecendo os desafios de 2017, nomeadamente os Campeonatos Europeus e Mundiais, a FPC pretende já nestas primeiras competições atingir resultados que possibilitem o aumento do número de atletas e técnicos integrados nos projetos olímpicos promovidos pelo Comité Olímpico de Portugal, onde a canoagem tem neste momento seis atletas no projeto Olímpico Tóquio 2020 e ainda treze atletas no projeto Esperanças olímpicas.

Tóquio 2020

Emanuel Silva (nível 2)

Fernando Pimenta (nível 2)

João Ribeiro (nível 2)

David Fernandes (nível 2)

Teresa Portela (nível 3)

José Carvalho (nível 3)

Esperanças Olímpicas 2024

Francisca Laia

João Amorim*

Diogo Quintas*

Lucélia Graça

Tiago Tavares

Bruno Afonso

Nuno Silva

Hugo Rocha

Messias Batista

Gonçalo Gamito

Ruben Boas

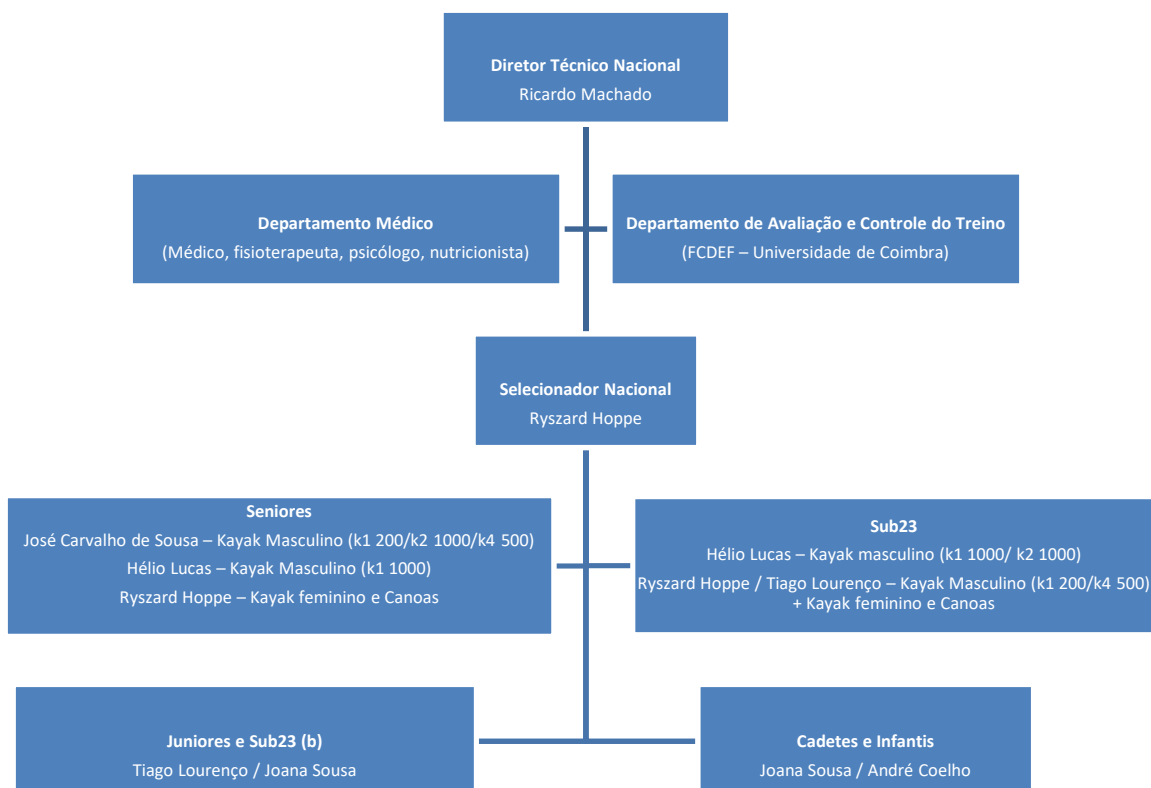
João Pereira

*Integração Termina no final de janeiro de 2017



A FPC apoiará ainda os atletas, que embora não se encontrem integrados no Projeto Olímpico, obtenham resultados de mérito e que de acordo com o Plano de Alto Rendimento da FPC, tenham direito a usufruir de uma bolsa desportiva mensal.

Tal como já referido, a equipa técnica manterá a mesma base de 2016, composta por Ryszard Hoppe, José Carvalho de Sousa, Hélio Lucas, João Tiago Lourenço e Joana Sousa. Ao nível dos escalões cadetes e infantis, a equipa técnica contará ainda com o apoio do técnico André Coelho, que reforçará a equipa técnica nacional principalmente nos períodos de férias escolares, onde existe uma grande sobreposição de atletas a estagiar em simultâneo. A organização e estruturação das equipas técnicas nacionais de velocidade, obedecerá ao seguinte organigrama:



A base de todas estas equipas será mantida em Montemor-O-Velho, onde reunimos todas as condições, não só para o trabalho para as equipas em estágio, mas também para os atletas que se encontram integrados no projeto da Residência Universitária. Projeto este, que continuará a ser um dos pilares das Equipas Nacionais de Velocidade e que em 2017 conta com a presença de 10 atletas integrados em permanência, no CAR de Montemor-o-Velho.



O investimento na Residência Universitária em 2017, que estará como sempre disponível e ao serviço do trabalho e ações de todas as restantes Equipas Nacionais, abrange ainda outras áreas, como a contratação de serviços médicos, Fisioterapia, Psicologia e ainda Nutricionais, apenas possíveis suportar através do apoio complementar do Comité Olímpico, na contratação de recursos Humanos para o Projeto Olímpico.

Internacionalmente, Portugal estará nas principais competições, Campeonatos do Mundo e Europeus mas também noutras competições de elevado prestígio Mundial como Taças do Mundo, a Regata Internacional de Piastany, onde pretendemos estar com alguns atletas das equipas Júnior e Sub23 (B) e a Regata Esperanças Olímpicas.

Será de fato clara, em 2017, a aposta na Canoagem Feminina, com a FPC a mais ênfase trabalho já iniciado, na tentativa de preparar um grupo de trabalho com qualidade, para os próximos dois ciclos olímpicos.

Ainda na disciplina de velocidade mas na área da paracanoagem, destaque para a continuidade dos trabalhos de preparação para o apuramento Olímpico, a cargo do Técnico Nacional Ivo Quendera, que em 2016 esteve perto da qualificação Olímpica e que em 2017 reativará este projeto com o intuito de participar nas principais competições, apenas com os atletas que demonstrem ter nível internacional, desenvolvendo paralelamente um trabalho a nível interno, com um grupo mais alargado, tendo como principal objetivo a preparação para uma forte participação no mundial de 2018.

SLALOM

Depois de atingida uma final Olímpica esta disciplina será obrigada a ver a sua estrutura renovada, nomeadamente a nível da estrutura técnica, uma vez que Pere Guerrero não se mostrou disponível para dar continuidade ao projeto iniciado para o Rio 2016.

A FPC tenciona manter o centro de Estágio em La Seu Urgel, com a presença dos melhores atletas nacionais em estágio permanente, com destaque para o finalista Olímpico José Carvalho, sob orientação de um novo técnico, ainda em fase de negociação.

A manutenção no projeto Olímpico de José Carvalho, será nesta nova época uma mais valia para esta disciplina, permitindo recursos para a sua preparação e para a contratação do



novo técnico, pelo que é importante que os seus resultados possam confirmar a manutenção no projeto depois de Agosto de 2017.

Manteremos a aposta nos atletas luso franceses Antoine Launay, Damien Launay e Luca Santos, que ainda em idade jovem apresentaram um nível competitivo acima da média em 2016 e que poderão contar, dentro da programação realizada pelo Técnico Nacional e no caso de atingirem o nível que permita a sua inclusão na Equipa Nacional, integrar não só o projeto do Centro de Estágio em la Seu Urgel, mas também outros momentos de preparação e competição.

Não serão ainda esquecidos os elementos mais jovens desta disciplina, porém com a necessidade de obtenção de maiores níveis de treino e preparação no seio dos seus clubes e em ações desenvolvidas pela FPC.

Pretende a FPC manter em 2017, o apoio do técnico Manuel Freiria, ao nível do trabalho no alto rendimento e nas equipas mais jovens.

MARATONA

Com a realização dos dois maiores eventos mundiais da disciplina em Portugal em 2017 e 2018, as atenções estarão também viradas para a Maratona, onde Portugal procurará a manutenção dos resultados que tem vindo a alcançar, sendo neste momento uma das maiores potências da disciplina em termos mundiais, e trabalhar, mais uma vez com o Técnico nacional Rui Câncio, para atingir em 2018 o desejado título mundial em K1 Sénior Masculino, nunca alcançado na história da modalidade.

A participação no Mundial 2017 na África do Sul será também uma realidade, entre aqueles que se destacarem no Campeonato da Europa a realizar em Portugal.



KAYAK POLO

O kayak Polo Nacional necessita de uma mudança e de um novo planeamento.

São várias as razões que levam a que a direção da FPC entenda que esta disciplina deverá encontrar o seu caminho a curto prazo.

Nos últimos anos, nomeadamente nos últimos dois ciclos Olímpicos os resultados têm ficado aquém das expectativas, nomeadamente na Equipa Sénior, mas também na equipa Sub21, ambas masculinas.

Com um campeonato da Europa previsto em Portugal em 2019, é intenção da direção da FPC implementar algumas medidas com o objetivo não só de melhorar a prestação e o nível competitivo das suas equipas masculinas mas também trazer para o alto rendimento e para o kayak Polo em geral as equipas Femininas de volta.

Será ainda um projeto para esta disciplina, a médio prazo a criação de um grupo de jovens, sub16, que apostem na disciplina e que possam em 2019 participar naquele que será o primeiro campeonato da Europa reconhecido pela Associação Europeia para este escalão.

Ainda sem ter a equipa nacional constituída por altura de redação deste documento, promete a FPC uma equipa dinâmica, com objetivos concretos e com muito trabalho ao longo deste novo ciclo olímpico.

CANOAGEM DE MAR

A Canoagem de mar continua a crescer significativamente a nível internacional e Portugal para poder acompanhar a evolução qualitativa da mesma terá de implementar mais e novos critérios de preparação e participação.

A especialização nesta disciplina e treino e competição Nacional com condições de downwind é fundamental para o sucesso.

Não sendo possível a contratação de um técnico específico para a disciplina a FPC compromete-se a apoiar os atletas que se destaquem a nível Nacional durante 2017, nas suas participações internacionais, nomeadamente no Campeonato do Mundo a decorrer em 2017 em Hong Kong, quer financeiramente quer em apoio de recursos técnicos.

Participações Internacionais



Assim e de acordo com o acima referido, a Federação Portuguesa de Canoagem deverá estar presente nas seguintes competições Internacionais em 2017.

Velocidade	Data	Local
ICF Canoe Sprint World Cup I	19 a 21 de Maio	Montemor-o-Velho, Portugal
ICF Canoe Sprint World Cup II	26 a 28 de Maio	Szeged, Hungria
Regata Internacional de Piestany	26 a 28 de Maio	Piestavy, Eslováquia
ECA Canoe Sprint Juniors & U23 European Championships	22 a 25 de Junho	Belgrado, Sérvia
ECA Canoe Sprint European Championships	14 a 16 de Julho	Plovdiv - Bulgária
ICF Canoe Sprint Juniors & U23 World Championships	27 a 30 de Julho	Pitesti - Roménia
ICF Canoe Sprint World Championships	25 a 27 de Agosto	Racice – República Checa
Regata Internacional Olympic Hopes	22 a 24 de Setembro	Racice – República Checa

Slalom	Data	Local
ECA Canoe Slalom European Championships	1 a 4 de Junho	Tacen, Eslovénia
ICF Canoe Slalom World Cup I	16 a 18 de Junho	Praga – República Checa
ICF Canoe Slalom World Cup II	23 a 25 Junho	Augsburg - Alemanha
ICF Canoe Slalom World Cup II	30 Junho a 2 Julho	Markleeberg - Alemanha
ICF Canoe Slalom Juniors & U23 World Championships	18 a 23 de julho	Bratislava - Eslováquia
ECA Canoe Slalom Juniors & U23 European Championships	17 a 20 de Agosto	Hohenlimburg - Alemanha
ICF Canoe Slalom World Cup IV	1 a 3 de Setembro	Ivrea - Itália
ICF Canoe Slalom World Cup V	8 a 10 de Setembro	La Seu d'Urgell - Espanha
ICF Canoe Slalom World Championships	27 Setembro a 1 Outubro	Pau - França

*Participações que estarão condicionadas ao apuramento para o Rio 2016

Maratona	Data	Local
ECA Canoe Marathon European Championships	29 Junho a 2 Julho	Ponte de Lima, Portugal
ICF Canoe Marathon World Championships	7 a 10 de Setembro	Pietermaritzburg, África do Sul



Estará ainda prevista a participação em mais uma edição a Regata de Sanabria e Valladolid caso as datas sejam compatíveis com a presença de uma equipa Nacional

Kayak Polo	Data	Local
ECA Canoe Polo European Championships	23 a 27 de Agosto	Saint Omer- França

Canoagem de Mar	Data	Local
ICF Ocean Racing World Championships	16 a 18 de Novembro	Hong Kong

Tal como já referido, todos os detalhes do planeamento e critérios das diferentes Equipas Nacionais poderá ser consultado no Plano de Alto Rendimento (PAR) a divulgar juntamente com este plano de atividades para cada uma destas especialidades.

O planeamento previsto no seio das diferentes especialidades, poderá ter de ser revisto e alterado com base naquilo que for o financiamento da tutela, nomeadamente do IPDJ e Comité Olímpico de Portugal na época 2017, assim como dos principais patrocinadores privados da FPC.

6-FORMAÇÃO DE RECURSOS HUMANOS

Para o próximo ano, além de estar prevista a conclusão dos 2 cursos de grau I já iniciados em 2016, iremos continuar com promoção de novos cursos, dando resposta à crescente procura de formação por parte dos clubes e treinadores de todo o país.

Iremos também iniciar o trabalho de construção do referencias de formação do Grau III, com a necessária revisão e adaptação dos referencias dos cursos de Grau I e II, para que no final de 2017 possamos estar em condições de realizar o primeiro curso de treinadores de Grau III, realizado de acordo com o Plano Nacional de Formação de Treinadores em vigor.



Dando ainda resposta à obrigatoriedade de formação contínua para renovação da cédula de treinador, prevista no PNFT, a FPC irá continuar a dinamizar em conjunto com clubes, autarquias e outras entidades, a realização de ações de formação contínua certificadas, ao longo do próximo ano.

Estamos convictos que esta aposta na formação de recursos humanos, dará os seus frutos e que permitirá potenciar ainda mais a qualidade do trabalho e os resultados desportivos alcançados pelos nossos atletas.

De acordo com as necessidades já identificadas, a formação de árbitros será reforçada este ano, com a formação inicial de novos elementos e também a aposta na formação contínua dos agentes já em atividade, com as ações a serem realizadas pelo Conselho Nacional de Arbitragem.

Ações	Data
Ética no Desporto	Primeiro trimestre de 2017
Curso de Treinadores de Gau II	Primeiro Trimestre de 2017
Curso de Treinadores de Grau I – Zona Norte e Centro (Iniciado em 2016)	Termina em Final de Fevereiro de 2017
Curso de Treinadores de Grau I – Zona Sul (Iniciado em 2016)	Termina em Final de Fevereiro de 2017
Curso de Treinadores Grau I	Segundo trimestre de 2017
Fórum Náutico Ílhavo	A definir
Seminário Treinadores	A definir
Simpósio de Treinadores de Canoagem (organizado em parceria com a FCDEF-UC)	A definir
Curso de Árbitros	A definir

7-EVENTOS INTERNACIONAIS

O ano de 2017, juntamente com o ano de 2018 serão os anos mais importantes para Portugal e para a canoagem nacional na organização de eventos desportivos internacionais.

Em 2017 recebemos no CAR de Montemor-o-Velho a primeira Taça do Mundo de velocidade promovida pela Federação Internacional de Canoagem (ICF), que será a terceira taça



realizada nos últimos três anos nesta pista e será o último teste antes do Campeonato do Mundo de 2018, que decorre em Portugal em Agosto de 2018 e que reunirá mais de 100 países e perto de 1500 atletas de todo o mundo.

A Taça do Mundo de Velocidade, que infelizmente e por imposição da ICF não contará com Paracanoagem, será um grande desafio à organização local que terá pela frente uma prova onde será necessário manter o nível qualitativo já demonstrado nas últimas organizações, realizar uma prova de pré Mundial onde as equipas possam experienciar o palco do mundial 2018 e uma prova que terá, tudo indica, um nível de participação reduzido, comparativamente aos outros dois eventos a realizar nas semanas seguintes.

Cabe à FPC tudo fazer para que a prova seja um sucesso organizativo mas também financeiro, demonstrando mais uma vez toda a capacidade organizativa e de bem receber os melhores da disciplina no nosso País.

Será, no entanto, levado em consideração um esforço suplementar de contenção de custos, por via do resultado financeiro resultante em 2016 e que, com as fracas perspetivas de participação, com a não existência de Paracanoagem e com a Eurosport a ficar de fora da transmissão televisiva assim obrigam.

Ainda em 2017 Portugal recebe, pela segunda vez, o Campeonato da Europa de Maratona, que decorrerá em Ponte de Lima, em substituição de Crestuma que infelizmente não conseguiu apresentar as condições e critérios definidos pela ECA e pelo Comité de Maratona para a realização da prova.

Depois do sucesso organizativo de 2013, a FPC conta este ano com o apoio do Clube Náutico de Ponte de Lima e do município de Ponte de Lima para mais uma vez elevar a fasquia organizativa Internacional nesta disciplina e aliar a este sucesso os sucessos desportivos da sua equipa Nacional.

O Ano de 2017 será ainda de muito trabalho e preparação dos dois campeonatos do Mundo a receber em Montemor-o-Velho e em Prado(vila Verde) em 2018, numa organização ímpar a nível internacional, e que esta Federação já realizou a nível europeu em 2013 e que repetirá o feito, com sucesso, em 2018.



Estão ainda a ser planeadas as organizações de outros eventos internacionais durante 2017, nomeadamente na disciplina de Canoagem de Mar, sem que possamos para já adiantar mais informações até estarem todos os processos concluídos.

Em 2017 procuraremos ainda iniciar a preparação do Campeonato da Europa de kayak Polo, a realizar em 2019 em Coimbra e que marcará o regresso das organizações internacionais a Portugal nesta disciplina, depois do Mundial de 1998.

8 – APETRECHAMENTO

Com base nas novas orientações transmitidas pelo IPDJ no âmbito do programa de financiamento para 2017, além dos programas de apoio já descritos no seio do Comité Olímpico e na realização dos eventos Internacionais 2017 no CAR de Montemor-o-Velho, pretende a direcção da FPC em 2017 dar continuidade ao apetrechamento de diferentes equipamentos, transversais quase na sua totalidade às diferentes áreas de ação desta modalidade.

- 1 campo de Kayak Polo amovível;
- 1 Viatura de 3 lugares e carga para logística a provas de âmbito nacional
- 1 sistema de Partida para provas em circuito
- Embarcações no âmbito do Projeto olímpico e Deporto para Todos