



# **Nos Bastidores de uma Instituição Promotora de Desporto na Academia do Porto**

Estágio Profissionalizante realizado no Centro de Desporto da Universidade do Porto

Relatório de Estágio Profissionalizante apresentado à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto com vista à obtenção do 2º ciclo de estudos conducente ao grau de Mestre em Gestão Desportiva, ao abrigo do Decreto-Lei nº 74/2006, na versão da última alteração pelo Decreto-Lei nº 13/2022, de 12 de janeiro.

**Orientador:** Professor Carlos Resende

**Supervisor Local:** Miguel Monteiro

Mariana Sofia Pinto Pereira

Porto, 2023

## **Ficha de Catalogação**

Pereira, M. (2023): Nos Bastidores de uma Instituição Promotora de Desporto na Academia do Porto. Estágio Profissionalizante realizado no Centro de Desporto da Universidade do Porto. Porto: M. Pereira. Relatório de Estágio Profissionalizante para a obtenção do grau de Mestre em Gestão Desportiva, apresentado à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

**Palavras-Chave:** DESPORTO, GESTÃO DESPORTIVA, CENTRO DE DESPORTO DA UNIVERSIDADE DO PORTO, EVENTOS DESPORTIVOS



# Agradecimentos

Agradecer aos meus pais, que mesmo sem se aperceberem, foram os meus maiores pilares durante toda esta bonita jornada e, sem o apoio deles não conseguia ter chegado até aqui. Mãe, Pai, muito obrigada, devo-vos tudo o que sou hoje.

Ao meu padrinho, que me ensinou que a vida não pode ser vivida pela metade e que temos a obrigação de a aproveitar enquanto cá estamos. Por me ensinar que se passarmos nesta vida sem deixar a nossa marca, o nosso percurso não vale de nada. Por me acolher desde o primeiro dia de faculdade e por me ter ajudado a construir a minha personalidade. Para ti, KIKAZ, não conheço palavras que cheguem para te agradecer por tudo e por tudo o que foste e és, obrigada padrinho.

Agradecer aos meus companheiros de aventura da “Starhouse”, que me fizeram voltar a gostar de estar na faculdade e me mostrarem que a idade é só uma questão de números. Somos a palavra amiga genuína e o abraço espontâneo. Somos também as noites mal dormidas e os dias bem aproveitados. Obrigada por sermos e estarmos, sempre, uns para os outros, mesmo quando achamos que não precisamos. Obrigada, meus “putos”.

Aos meus afilhados que fazem de mim uma pessoa melhor, por ter o privilégio de aprender com cada um, coisas novas, todos os dias. Obrigada à Dantas, por ser das melhores pessoas que a faculdade me deu, por ser um metro e meio de pura alegria e amor, por todos os desabafos e gargalhadas, por seres assim, genuína. Obrigada “Mana”. À Leonor, por ser uma fonte de inspiração diária e um guia emocional perfeito. Obrigada pelos incentivos e conselhos, pela energia e diversão, obrigada pela generosidade e delicadeza. Ao Xavi, que me proporcionou aquilo que queria desde criança, ter um irmão. Com ele, conheci alguém que gosta de aproveitar a vida como eu. Agradecer por me ensinar que maturidade não é idade, que amizade é mesmo para todas as ocasiões e que atitudes prevalecem sempre a palavras. Obrigada “Orgulhinho”. Ao Stanis, por

nos termos cruzado de forma inesperada, o que não sabíamos era que o destino já estava traçado, tínhamos de fazer parte da vida um do outro. Obrigada pelo exemplo de persistência e resiliência, por transbordares amor e animação. Obrigada por todo o carinho e aprendizagem. Muito brigada à minha “Salada de Frutas”.

Agradecer à AEFADUEUP, que me deu ferramentas e conhecimentos necessários para a minha vida futura, mas também por me dar os meus melhores amigos. Por me mostrar que o associativismo vale a pena e que na faculdade constroem-se famílias de verdade. Sem este percurso como dirigente associativo, o meu caminho enquanto estudante ficava vazio e inacabado. Obrigada à AEFADUEUP e todas as pessoas que lá conheci, por serem casa e porto de abrigo.

Agradecer aos amigos que jamais esquecerei, que entraram comigo nesta *mui nobre Facultis*, aos Caloiros 2013/2014, em especial às minhas “Belas” um grande e sincero obrigado.

Agradecer à FCDEF, que me deu os primeiros amigos deste longo caminho. Por me mostrar que a praxe é amizade, respeito e valores. Por ter histórias que “*levo comigo pra’ vida*”.

Não posso deixar de agradecer e deixar o meu maior obrigado tanto ao Professor Pedro Sarmiento, como ao Professor Carlos Resende, que fizeram parte desta minha caminhada, sempre me apoiaram nas minhas decisões e me encaminharam para um rumo certo quando mais precisava.

Agradecer também ao Miguel Monteiro e todos os intervenientes do CDUP-UP, que me deram a oportunidade de crescer e adquirir competências e ferramentas necessárias para o meu futuro na gestão desportiva. Muito obrigada a todos.

*“E quando curso acabares, esquecerás as notas que tiveste,*

*Ai tu apenas te lembrarás dos amigos que fizeste.”*

**Tuna Musicatta Contractile**



# Índice Geral

Agradecimentos .....	IV
Índice de Figuras .....	XI
Índice de Tabelas .....	XIII
Lista de Anexos .....	XVI
Resumo .....	XVIII
Abstract .....	XX
Lista de Siglas .....	XXII
Introdução .....	- 23 -
1. Enquadramento da Prática Profissional .....	- 27 -
1.1. Enquadramento Biográfico .....	- 27 -
1.2. Expectativas iniciais em relação ao estágio .....	- 29 -
1.3. Objetivos do Estágio .....	- 30 -
1.3.1. Objetivos Gerais .....	- 30 -
1.3.2. Objetivos específicos .....	- 30 -
1.4. Plano de estágio .....	- 31 -
2. Enquadramento Teórico .....	- 35 -
2.1. Gestão Desportiva .....	- 35 -
2.2. Da gestão, ao gestor .....	- 38 -
2.3. Eventos Desportivos .....	- 40 -
2.3.1. Tipologia .....	- 41 -
2.3.2. Etapas e Fases do Evento Desportivo .....	- 43 -
2.4. Desporto Universitário .....	- 47 -
2.4.1. Desporto Universitário Internacional .....	- 48 -
2.4.2. Desporto Universitário Nacional .....	- 49 -

3.	Enquadramento Institucional .....	- 51 -
3.1.	História Desporto na U.Porto .....	- 51 -
3.2.	CDUP-UP .....	- 53 -
3.2.1.	Caracterização Organizacional.....	- 53 -
3.2.2.	Caracterização Orgânica e Funcional do CDUP-UP .....	- 56 -
3.2.3.	Caracterização das Instalações .....	- 58 -
3.2.3.1.	Pólo I – Centro da Cidade.....	- 58 -
3.2.3.2.	Pólo II – Asprela.....	- 59 -
3.2.3.3.	Pólo III – Campo Alegre .....	- 61 -
3.2.4	. Serviços CDUP-UP .....	- 61 -
4.	Realização da Prática Profissional .....	- 66 -
4.1.	Cursos de defesa pessoal para mulheres .....	- 66 -
4.2.	Campeonato Nacional Universitário (CNU) de Badminton Equipas e Ténis de Mesa Equipas.....	- 68 -
4.3.	Campo de Férias Desportivos (CFD) do Natal 2021 .....	- 69 -
4.4.	Promoção de atividades UPFit.....	- 73 -
4.5.	Torneio de Duplas de Voleibol Sentado.....	- 74 -
4.6.	Campo de Férias Desportivo Páscoa 2022.....	- 80 -
4.7.	Caminha e Corrida Solidária pelo Autismo .....	- 85 -
5.	Reflexões Finais e Considerações Futuras .....	- 88 -
6.	Referências Bibliográficas .....	- 93 -
7.	Anexos.....	XCVI



# Índice de Figuras

Figura 1 Funções da Gestão, adaptado de Santos (2008).....	- 36 -
Figura 2 Fases de um evento desportivo (Sarmiento et al. 2011).....	- 44 -
Figura 3 Esquema de coordenação de um evento desportivo (Sarmiento et al. 2011) .....	- 45 -
Figura 4 Logotipo oficial da FISU .....	- 48 -
Figura 5 Logotipo oficial da FADU.....	- 49 -
Figura 7 Organograma CDUP-UP .....	- 57 -
Figura 8 Complexo Desportivo Boa Hora .....	- 59 -
Figura 9 Pavilhão Desportivo Luís Falcão .....	- 60 -
Figura 10 FADEUP - Pavilhão Ginástica Rítmica .....	- 60 -
Figura 11 Estádio Universitário Prof. Dr. Jayme Rios Souza.....	- 61 -
Figura 12 Credenciais CNU Badminton Equipas e Ténis de Mesa Equipas -	69 -
Figura 14 Equipa de voluntários AEFADUEP .....	- 78 -
Figura 16 Exemplo de "ponto" para "Caça ao Ovo" CFD Páscoa 2022 .....	- 82 -



# Índice de Tabelas

Tabela 1 Plano de estágio .....	- 31 -
Tabela 2 Organograma do estágio .....	- 32 -
Tabela 3 Cultura Organizacional CDUP-UP .....	- 54 -
Tabela 4 UPFIT .....	- 62 -
Tabela 5 Tarefas a realizar no pré-evento dos CFD Natal 2021 .....	- 71 -
Tabela 6 Tarefas a realizar no evento dos CFD Natal 2021 .....	- 72 -
Tabela 7 Quadro competitivo Torneio Duplas Voleibol Sentado .....	- 77 -
Tabela 8 Proposta de planificação de atividades.....	- 80 -
Tabela 9 Tarefas pré-evento CFD Páscoa 2022.....	- 81 -
Tabela 10 Tarefas evento CFD Páscoa 2022 .....	- 83 -





# Lista de Anexos

Anexo I – Cartaz Curso Defesa Pessoal Mulheres

Anexo II - Documentos CNU Badminton Equipas

Anexo III – Documentos CNU Ténis de Mesa Equipas

Anexo IV – Cartaz Campo de Férias Desportivo Natal 2021

Anexo V – Ementa CFD Natal 2021

Anexo VI – Ementa Vegetariana CFD Natal 2021

Anexo VII – Plano atividades CFD Natal 2021

Anexo VIII – Cartaz Torneio Duplas Voleibol Sentado

Anexo IX - Quadro competitivo Torneio Duplas Voleibol Sentado

Anexo X - Cartaz Campo de Férias Desportivo Páscoa 2022

Anexo XI – Plano atividades CFD Páscoa 2022

Anexo XII – Cartaz *Active Week* CDUP-UP (Caminhada e Corrida Solidária)

Anexo XIII – Material Caminhada e Corrida Solidária

Anexo XIV - *STAFF* Caminhada e Corrida Solidária



# Resumo

O presente relatório foi redigido com vista à obtenção do grau de mestre em Gestão Desportiva, pela Faculdade de Desporto da Universidade do Porto. Este documento representa um registo abrangente das atividades realizadas no Centro de Desporto da Universidade do Porto ao longo do ano letivo 2021/2022, com foco na gestão de eventos desportivos.

No decorrer do estágio profissionalizante, o foco principal das atividades concentrou-se na aquisição e desenvolvimento de conhecimentos essenciais para a função de gestor desportivo, com ênfase especial no planeamento requerido para a realização de cada evento desportivo.

Ao longo do ano letivo, no departamento de gestão de eventos desportivos, o enfoque foi o planeamento e coordenação de diversos eventos promovidos pelo CDUP-UP (Centro de Desporto da Universidade do Porto), incluindo, a título de exemplo, torneios, caminhadas solidárias e campos de férias desportivos.

Este documento está dividido em 5 capítulos. O primeiro capítulo refere-se ao enquadramento da prática profissional, onde estão descritos os objetivos do estágio, o seu plano anual e as expectativas iniciais. Em seguida o enquadramento teórico, onde é feita uma contextualização dos temas abordados. Em terceiro lugar surge a caracterização do CDUP-UP e das suas instalações. No quarto capítulo é feita a descrição da prática profissional realizada durante o estágio profissionalizante. Já o último capítulo diz respeito às reflexões e conclusões tiradas decorrentes da respetiva prática.

**PALAVRAS-CHAVE:** DESPORTO, GESTÃO DESPORTIVA, CENTRO DE DESPORTO DA UNIVERSIDADE DO PORTO, EVENTOS DESPORTIVOS



# Abstract

This report was written with the aim of obtaining a Master's degree in Sports Management, by the Faculty of Sport, University of Porto. This document represents a comprehensive record of the activities carried out at the Sports Center of the University of Porto during the academic year 2021/2022, with a focus on sports event management.

During the professionalizing internship, the primary focus of the activities was on acquiring and developing essential knowledge for the role of a sports manager, with a special emphasis on the planning required for the execution of each sports event.

Throughout the academic year, within the sports event management department, the focus was on the planning and coordination of various events promoted by CDUP-UP (Sports Center of University of Porto), including, for example, charity tournaments, solidarity walks, and sports holiday camps.

This document is divided into 5 chapters. The first chapter pertains to the professional practice framework, where the internship's objectives, its annual plan, and initial expectations are described. Next is the theoretical framework, which provides a contextualization of the topics covered. In third place comes the characterization of CDUP-UP and its facilities. The fourth chapter provides a description of the professional practice carried out during the professionalizing internship. The final chapter pertains to the reflections and conclusions drawn from the respective practice.

**KEYWORDS:** SPORTS, SPORTS MANAGEMENT, SPORTS CENTER OF UNIVERSITY OF PORTO, SPORTS EVENTS



# Lista de Siglas

AAEE - Associação de Estudantes

AEFADEUP – Associação de Estudantes da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto

APD Porto – Associação Portuguesa de Deficientes Porto

AUSF - Associação Asiática de Desporto Universitário

CAP – Campeonatos Académicos do Porto

CDUP-UP – Centro de Desporto da Universidade do Porto

CFD – Campos de Férias Desportivos

CNU – Campeonatos Nacionais Universitários

COVID – 19 – Coronavírus 2019

CUP – Centro Universitário do Porto

EUSA - Associação Europeia de Desporto Universitário

FADEUP – Faculdade de Desporto da Universidade do Porto

FADU – Federação Académica Desporto Universitário

FAP – Federação Académica do Porto

FASU - Federação Africana de Desporto Universitário

FISU - Federação Internacional do Desporto Universitário

FPV – Federação Portuguesa de Voleibol

GADUP – Gabinete de Atividades Desportivas da Universidade do Porto

ODUPA - Organização Pan-Americana do Desporto Universitário

OUASA - Organização de Desporto Universitário da Oceânia

U. Porto – Universidade do Porto



# Introdução

O presente documento foi elaborado em resultado do estágio profissionalizante relativo ao 2º ano do 2º ciclo de estudos do mestrado em Gestão Desportiva da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto (FADEUP). O mencionado estágio contou com a supervisão local do diretor técnico, Miguel Monteiro e com a orientação do Professor Carlos Resende, docente na FADEUP. Este relatório tem como objetivo detalhar as atividades executadas ao longo do estágio e, ao mesmo tempo, proporcionar um recurso valioso para futuros gestores que pretendam planear eventos desportivos, estabelecer conexões com entidades externas e contribuir logisticamente em diversas atividades de natureza desportiva e social. Ao descrever as experiências e aprendizagens adquiridas, visa oferecer uma fonte de orientação e apoio para aqueles que desejam aprimorar as suas habilidades de gestão no contexto desportivo, neste campo tão dinâmico e desafiante.

O local do estágio foi o Centro de Desporto da Universidade do Porto (CDUP-UP), com sede na Rua da Boa Hora, no Porto, é um organismo público e autónomo da Universidade do Porto (U.Porto), que tem como missão fomentar e incentivar a prática de atividade física na comunidade académica da U.Porto.

Segundo o seu site oficial a Universidade do Porto, que é uma das mais prestigiadas instituições de ensino superior em Portugal, com uma reputação internacionalmente reconhecida, é conhecida pela excelência académica e pelo seu papel na investigação científica e tecnológica, colaborando com diversas empresas e instituições em projetos inovadores e relevantes para o desenvolvimento da sociedade. Um dos serviços oferecidos pela U.Porto é o desporto.

Como Pierre de Coubertin referiu “O desporto faz parte da herança de todos os homens e mulheres e a sua ausência nunca poderá ser compensada.” E tal como presente na Carta Europeia do Desporto, desporto define-se como “todas as formas de atividade física que, através da participação ocasional ou

organizada, visam exprimir ou melhorar a condição física e o bem-estar mental, constituindo relações sociais ou obtendo resultados nas competições a todos os níveis.” Posto isto, a boa gestão do desporto providenciada pela U.Porto é fundamental para garantir que os estudantes, docentes e funcionários tenham acesso a atividades desportivas de qualidade, que promovam o bem-estar físico e mental, o espírito de equipa e a integração na comunidade académica. A implementação de uma gestão eficaz do desporto universitário na Universidade do Porto desempenha um papel crucial na formação de um ambiente saudável, inspirador e inclusivo, enriquecendo significativamente a jornada académica de todos os envolvidos.

Tendo em consideração os aspetos mencionados anteriormente é imprescindível falar em eventos desportivos e toda a gestão necessária, nomeadamente: o planeamento, a organização, a direção e a respetiva avaliação. O evento desportivo nada mais é que um tipo de evento, contudo prima pelas suas particularidades (Sarmiento et al., 2011). Os mesmos autores sugerem que o evento desportivo é um meio de comunicação entre quem o pensa, quem o produz e o público-alvo, daí ter um carácter completamente imprevisível. Dado estas informações torna-se fundamental estruturá-lo de forma eficiente, minimizando os riscos.

Este documento está dividido em cinco capítulos. No primeiro temos o “Enquadramento da Prática Profissional”, onde são identificadas as expectativas iniciais, os objetivos gerais e específicos do estágio e também o seu planeamento. De seguida, o “Enquadramento Teórico”, onde é efetuada uma revisão sistemática de literatura sobre os temas que são abordados durante este documento e o estágio. Em terceiro lugar, o “Enquadramento Institucional”, no qual é apresentada a entidade acolhedora, o CDUP-UP e sintetizada a sua história, missão, valores, objetivos e estrutura orgânica e funcional. Seguidamente, a “Realização da Prática Profissional”, o capítulo onde é descrito de forma pormenorizada as atividades realizadas durante o estágio. Por fim, a “Reflexão Final e Considerações Futuras”, aqui é efetuado um balanço final do ano de estágio e que é esperado no futuro. É também feita uma análise entre as

espectativas iniciais e o que realmente foi aprendido e executado durante este percurso



# 1. Enquadramento da Prática Profissional

## 1.1. Enquadramento Biográfico

No decorrer deste capítulo irei escrever na primeira pessoa, uma vez que discorrerei sobre a minha experiência, expectativas e objetivos pessoais. Ao relatar desta forma, penso que consigo transmitir as ideias com maior veracidade e autenticidade.

Sou uma rapariga do Norte, nasci em Matosinhos e tenho, neste momento, 27 anos. Desde que me lembro tudo o que fazia nos tempos livres era praticar desporto, seja na rua, em casa ou em pavilhões. Sou filha única, mas cresci ao lado de dois primos rapazes e, por isso, passei metade da minha infância com a “bola no pé”. Gostava e gosto muito de futebol, mas foi no basquetebol que descobri a minha verdadeira paixão, encontrei-a aos 13 anos. Joguei basquetebol federada durante 12 anos e foi durante esta prática que aprendi e adquiri muitos dos valores que ainda hoje prezo. Cresci e amadureci muito graças a este desporto. Vivi momentos inesquecíveis e saboreei de quase todas as emoções que possam existir. Ganhei, também perdi, mas no final fica o aprendizado e uma boa bagagem para toda a vida. Se ainda puder, fica o desejo de voltar.

A nível escolar, segui o caminho mais comum até chegar à faculdade. No secundário optei por “Ciências e Tecnologias” e, no final desta etapa entrei na faculdade. Matriculei-me na FADEUP em 2013/2014 e, entretanto, já estou licenciada e possuo uma Pós-Graduação em Atividade Física para a Terceira Idade, também pela FADEUP. Comecei o mestrado acima referido, completei o primeiro ano e realizei a maior parte estágio no segundo ano, contudo fui percebendo ao longo do tempo que não era bem a área que queria seguir no meu futuro. Esta perceção aliada a uma perda pessoal, fizeram com que não terminasse este ciclo de estudos.

Em 2015/2016 fiz, pela primeira vez, parte da Associação de Estudantes da FADEUP e aqui estou até ao presente ano letivo. Se a faculdade me ensinou e enriqueceu imenso, a AEFADUEUP deu-me tudo isso em dobro. Não consigo imaginar o meu percurso sem ter a experiência de ser dirigente associativo. O Associativismo é uma paixão não muito compreendida, que nos dá as ferramentas necessárias para a vida na sua prática. Como se diz na gíria, “prepara-nos para a vida”. Foi na AEFADUEUP que tive os primeiros contactos com a gestão. Gestão de eventos, gestão de instalações, gestão de equipas e, até, gerir recursos humanos. Com o passar dos anos, a minha responsabilidade dentro da Associação foi crescendo e passei por cargos como coordenadora do departamento Desportivo de Lazer, onde organizava e geria eventos de desporto formal para os estudantes. Contudo, o cargo que mais me deu gosto ocupar foi de coordenadora do departamento Desportivo de Competição, que envolve gerir as nossas seleções que representam a AEFADUEUP, nos Campeonatos Académicos do Porto, nos Campeonatos Nacionais Universitários e nos Campeonatos Europeus Universitários. Foi um ano de muita aprendizagem e gestão. Gerir 9 equipas diferentes, com características bem distintas envolve muita paciência, compreensão e plasticidade e, fez com que a minha capacidade de diálogo e resolução de problemas aumentasse muito. Se tivesse de escolher algum momento que me tivesse levado à escolha que fiz em ter tirado um segundo mestrado, escolheria este ano enquanto coordenadora. Fez-me perceber que era nos “bastidores” onde me sentia mais feliz e concretizada. Para além desses cargos fui também Vice-Presidente da direção durante dois anos. Ao longo desse tempo tive de tomar bastantes decisões, algumas mais difíceis que outras, mas todas elas me fizeram crescer e ser uma pessoa mais altruísta, uma vez que acabava por ser a voz de uma comunidade estudantil inteira.

Em paralelo com a faculdade, fui trabalhadora-estudante e trabalhei em regime *part-time* em duas empresas, na Decathlon e na Sport Zone, mesmo esta experiência me fez aprender a gerir melhor o meu tempo e aproveitar de forma mais eficiente os meus tempos livres.

Em jeito de resumo, na minha opinião, ter tido um percurso extracurricular tão diversificado e enriquecedor fez de mim o que sou hoje e, se me permitem o

conselho, aproveitem tudo o que a vida académica tem para oferecer, uma vez que, por vezes, no seio de experiências diferentes, encontramos o caminho a seguir.

## 1.2. Expectativas iniciais em relação ao estágio

No final do primeiro ano do mestrado surgiu a necessidade de optar pela realização de tese/dissertação ou estágio profissionalizante e, conseqüentemente, do relatório de estágio. A meu ver, uma experiência mais prática é sempre uma vantagem para o futuro, quer pessoal, quer profissional, por isso, optei pelo estágio.

A minha ideia inicial era realizar o estágio num clube e experienciar a gestão de um departamento ou equipa, contudo, em conversa com o Professor Pedro Sarmiento, surgiu a ideia de estagiar numa entidade ligada ao desporto universitário. Pareceu-me, desde logo, uma excelente ideia, pois poderia conciliar a gestão com o desporto universitário, um “mundo” que sempre me fascinou e ao qual estou profundamente ligada. Para além disso, seguir um futuro nessa área é algo que me interessa bastante. Posto isto, dois nomes de duas instituições ficaram “em cima da mesa”, a FADU (Federação Académica de Desporto Universitário) e o CDUP-UP (Centro de Desporto da Universidade do Porto). Depois de refletir e recolher algumas opiniões de amigos que tiveram experiências semelhantes decidi optar pelo CDUP-UP, por ser uma instituição com a qual eu me identifico, por já ter algum contacto com ela e, por ter curiosidade em saber o que é estar nos “bastidores” do desporto universitário da academia do Porto.

Posto isto, as minhas expectativas para o ano de estágio profissionalizante prendem-se, sobretudo, com o fato de adquirir o máximo de experiência e conhecimento possível em diversas áreas. O meu interesse não é focar-me num campo de atuação da gestão, mas sim, intervir e vivenciar as diferentes vertentes da gestão desportiva. Acredito que, assim, serei uma pessoa

mais apta e dotada para o mundo do trabalho. Tal como o prestigiado médico, Abel Salazar proferiu “O médico que sabe só de medicina, nem de medicina sabe.”, não pretendo que o meu ano de estágio seja focado numa única área, primeiramente, porque se não tiver a possibilidade de experimentar um pouco de tudo, não saberei qual a área que melhor me identifico e, para além disso, porque no futuro surgirá, seguramente a necessidade de trabalhar em mais que uma área da gestão.

Resumidamente, quero dotar-me de toda a experiência e conhecimentos para me tornar numa gestora mais completa.

### 1.3. Objetivos do Estágio

#### 1.3.1. Objetivos Gerais

O principal objetivo do estágio profissionalizante a ser realizado no CDUP-UP debruçar-se-á no acompanhamento e intervenção orientada em diversos eventos realizados pela organização acolhedora. Posto isto o objetivo geral será **contactar com as mais diversas áreas da gestão desportiva** possíveis, mas também exequíveis durante o estágio profissionalizante.

#### 1.3.2. Objetivos específicos

Em conversa com o supervisor local, Miguel Monteiro, ficou decidido que integraria projetos de diferentes áreas, como os Campos de Férias, eventos solidários e eventos ligados à competição das seleções da Universidade do Porto. Ou seja:

- Organizar, planear e promover eventos desportivos;
- Compreender a logística de um evento desportivo

- Organizar e planear Campos de Férias;
- Organizar eventos solidários;
- Perceber a comunicação existente entre diversas entidades para a realização de um evento desportivo;
- Compreender a relação entre o CDUP-UP e as Associações de Estudantes da U.Porto.

#### 1.4. Plano de estágio

O plano de estágio foi desenvolvido em colaboração com o supervisor local, Miguel Monteiro, que é o atual diretor do Departamento de Organização e Gestão de Atividades Desportivas, e por isso as atividades propostas e os temas contemplados foram cuidadosamente selecionados. O objetivo foi abordar tópicos de interesse específicos da estagiária, ao mesmo tempo em que se procura promover um desenvolvimento eficiente e eficaz do CDUP-UP. Na tabela a seguir exposta (tabela 1), podemos ver o plano de estágio proposto.

*Tabela 1 Plano de estágio*

##### *Plano de Estágio*

<i>Entidade acolhedora</i>	CDUP-UP
<i>Supervisor local</i>	Miguel Monteiro
<i>Início</i>	Outubro 2021
<i>Fim</i>	Abril 2022
<i>Nº horas semanais</i>	25h
<i>Nº horas total</i>	600h

O cronograma feito para o estágio está representado na tabela 2, destacando a estruturação e divisão das atividades de acordo com a programação interna definida pela entidade acolhedora.

Tabela 2 Organograma do estágio

	Set. 2021	Out. 2021	Nov. 2021	Dez. 2021	Jan. 2022	Fev. 2022	Mar. 2022	Abr. 2022	Set. 2023
Introdução à instituição CDUP-UP	■								
Reunião com o supervisor para definição de objetivos e tarefas	■								
Estudo dos processos internos de gestão desportiva		■	■						
Plano Anual Trabalhos CDUP-UP		■	■	■	■	■	■	■	
Contacto com Associações Estudantes			■	■					
Curso de defesa pessoal para mulheres			■	■	■	■	■		
Planeamento Campo de Férias Natal		■	■	■					
Colaboração CNU's			■						
Promoção Atividades					■	■			
Planeamento e Organização Torneio de Voleibol Sentado					■	■	■		
Colaboração Campo de Férias Páscoa						■	■	■	
Planeamento Caminhada e Corrida Solidária pelo Autismo						■	■	■	
<b>Relatório de Estágio</b>									
Execução	■	■	■	■	■	■	■	■	
Entrega									■
Apresentação									■

O cronograma foi delineado de forma a permitir uma progressão gradual nas atividades, garantindo uma abordagem abrangente e aprofundada das responsabilidades e desafios associados ao trabalho no CDUP-UP. Esta estruturação visa proporcionar uma experiência de estágio enriquecedora e

bem-sucedida para a estagiária, contribuindo para seu crescimento pessoal e profissional, bem como para o desenvolvimento positivo do CDUP-UP.

O planeamento permite traçar uma rota bem definida para o sucesso profissional, possibilitando uma abordagem sistemática e organizada para alcançar metas específicas. Além disso, ajuda a manter o foco nas prioridades e a tomar decisões fundamentadas com base nas necessidades e aspirações profissionais.

Ao antecipar desafios e oportunidades, o planeamento também oferece a oportunidade de se preparar adequadamente para enfrentar diversas situações, minimizando riscos e maximizando as hipóteses de êxito.

Portanto, o planeamento da prática profissional é uma ferramenta essencial para orientar e nortear o desenvolvimento do estágio profissionalizante, proporcionando um caminho mais sólido e confiável para alcançar os objetivos de forma eficiente e eficaz.



## 2. Enquadramento Teórico

A fundamentação teórica permite a compreensão do estado atual do conhecimento sobre o tema estudado. Ao rever e analisar trabalhos anteriores, pode-se identificar as teorias, conceitos e descobertas mais relevantes relacionados a um determinado assunto. Portanto, a revisão bibliográfica desempenha um papel crucial no desenvolvimento de qualquer pesquisa, fornecendo o suporte necessário para a construção de conhecimento e a produção de trabalhos sólidos.

### 2.1. Gestão Desportiva

Segundo Pires (2005), para qualquer atividade humana é essencial que exista gestão. Para o autor, gerir é uma preocupação do ser humano desde os seus tempos mais longínquos. Claro que as questões que eram colocadas naquele tempo não são as mesmas que se colocam atualmente, mas mesmo assim, a gestão em termos do que à gestão de recursos, informação e tempo diz respeito, em pouco ou nada mudou no decorrer da história da humanidade.

O conceito de gestão é caracterizado pela sua natureza polissémica, que implica a capacidade de abarcar múltiplos significados (Pires & Sarmiento, 2001).

A gestão é considerada um processo que visa coordenar e integrar recursos com o intuito de alcançar os objetivos estabelecidos, através da realização de um planeamento, organização, liderança e controlo. Pode ainda ser encarada como um processo de trabalho realizado em conjunto com outras pessoas, com a finalidade de efetivamente atingir os objetivos organizacionais impostos, fazendo um uso eficiente dos recursos e tendo em conta cenários que estão em constante mutação (Santos, 2008). A figura seguinte apresenta as funções da gestão (figura 1).



*Figura 1 Funções da Gestão, adaptado de Santos (2008).*

Contudo, mesmo tendo em conta estas funções da gestão, esta não existe por si mesmo, precisa de contextualização. A gestão só faz sentido quando adaptada e incrementada num ambiente ou contexto específico. Tal como Pires & Sarmento (2001) mencionam, no âmbito desportivo, embora sejam aplicados diversos conhecimentos relacionados à gestão, eles só adquirem significado quando são contextualizados ao ambiente em que estão inseridos. Ou seja, a efetividade desses conhecimentos está intrinsecamente ligada à compreensão do cenário específico em que estão a ser aplicados. De facto, é essencial ter conhecimento do ambiente cultural, económico, social, político e tecnológico em que a gestão será aplicada. Só assim, a gestão adquire significado e torna-se possível “reivindicar um estatuto próprio”. Ao compreender os diversos contextos em que esta atua, é possível adaptar as ferramentas da gestão de forma mais eficaz, otimizando a obtenção dos objetivos e a tomada de decisões adequadas para cada situação específica.

É defendido pelos principais autores que a gestão desportiva é uma área bastante recente. De facto, os primeiros programas académicos de *sport management* foram criados nos Estados Unidos, no final da década de 60, com o propósito de suprimir as necessidades específicas do desporto profissional e universitário americano (Chelladurai, 2009). O autor afirma ainda que, essas iniciativas surgiram como resposta à crescente complexidade e profissionalização do setor desportivo, reconhecendo a importância de formar gestores capacitados para lidar com os desafios administrativos, económicos e organizacionais que surgiam nesse contexto. O crescente aumento da complexidade na intervenção profissional dos gestores desportivos foi o catalisador para o desenvolvimento da gestão do desporto como uma área académica distinta. O desenvolvimento da gestão do desporto enquanto área académica permitiu que princípios de administração, planeamento, finanças, marketing, recursos humanos e outras áreas fossem adaptados e aplicados ao contexto desportivo. Com a criação de programas académicos focados nessa área, os gestores puderam adquirir competências sólidas e atualizadas para enfrentar os desafios peculiares do mundo do desporto, contribuindo assim para o crescimento e aprimoramento contínuo do setor desportivo (Masteralexis, Barr & Hums, 2009). Na Europa, os primeiros cursos de gestão do desporto surgiram no Reino Unido, e ainda hoje, a maioria desses cursos continua concentrada nessa região. Em divergência com os Estados Unidos, no caso europeu, os pesquisadores da área concentram-se mais na investigação de clubes desportivos e entidades de gestão desportiva, como federações, confederações e comités olímpicos. Enquanto nos Estados Unidos, o desporto profissional e universitário é mais destacado, na Europa, o enfoque está nos clubes e estruturas de direção desportiva mais complexas, refletindo as particularidades da cultura e da organização desportiva em cada região (Rocha & Bastos, 2011).

Tal como Pires & Sarmiento (2001) concluem, a Gestão do Desporto não surgiu de forma espontânea, ao longo do tempo, as práticas e estratégias de gestão desportiva foram se desenvolvendo e aprimorando para atender as necessidades em constante mudança do cenário desportivo. Os dois autores

indicam seis aspetos fundamentais para que a gestão desportiva seja encarada como “uma nova área de intervenção profissional”:

1. “Estado de crise do desporto moderno” que implicam novos pensamentos em prol do desenvolvimento;
2. “Complexificação das práticas desportivas” que fazem com que haja a necessidades de aplicar as teorias da gestão ao contexto desportivo;
3. “Surgimento de várias organizações relacionadas com a gestão do desporto”, o que permite uma crescente institucionalização da área;
4. “A existência de investigação científica na área”, por si só, já contribui para o desenvolvimento da gestão desportiva;
5. “Oportunidades profissionais”, que surgem, cada vez mais, para as novas gerações;
6. “Formação de nível superior”, garante que haja novas gerações capacitadas e com novos pontos de vista sobre a gestão desportiva.

Em jeito de conclusão, e defendido pelos mesmos autores, todos estes processos evolutivos e reflexões científicas têm feito com que a Gestão do Desporto, como uma área académica e profissional, que é, esteja em constante crescimento e desenvolvimento. Assim, a Gestão do Desporto continua a evoluir e a adaptar-se às mudanças do contexto desportivo, procurando sempre aprimorar a eficiência, a eficácia e o sucesso das organizações e empreendimentos desportivos.

## 2.2. Da gestão, ao gestor

Seguindo a linha de pensamento de Pires & Sarmiento (2001), A gestão efetiva não se limita apenas a objetivos e metas, recursos humanos e materiais, ou conceitos e técnicas quantitativas ou elaboradas. O gestor efetivo deve ser capaz de analisar os desafios e oportunidades apresentados pelo ambiente em que atua, considerando as limitações e recursos disponíveis, para tomar decisões informadas e bem fundamentadas.

Cada gestor é altamente influenciado por diversos fatores, como a sua função específica dentro da organização ou as características da própria organização (tipo, estrutura, cultura e dimensão) e o contexto em que atua. Por exemplo, um diretor de marketing terá funções distintas das de um gestor de instalações. Portanto, cada gestor terá sua própria maneira de se adaptar às circunstâncias específicas. O sucesso das operações dependerá da sua capacidade de entender, interpretar e agir de forma eficaz em resposta a todas essas variáveis (Armstrong, 2005).

Peter Drucker (1993, cit. Por Pires, 2005) indica 5 funções fundamentais do gestor desportivo:

1. Determinação de objetivos;
2. Desenho da organização;
3. Motivação e comunicação;
4. Elaboração de normas;
5. Treino de recursos humanos

Em resumo, o autor defende que um gestor desportivo tem como principal função tomar decisões.

Para Lopes (2017), o gestor desportivo desempenha um papel fundamental nas organizações desportivas, sendo o responsável máximo por coordenar e orientar todas as atividades e agentes envolvidos. A capacidade de planejar, implementar e orientar todas as atividades e agentes envolvidos é essencial para o sucesso da organização e para alcançar os objetivos previamente estabelecidos. Através do mesmo autor, podemos concluir, que tal como a gestão desportiva, o papel de gestor desportivo é ainda “profissão jovem”, que procura ainda a sua “afirmação e consolidação”.

## 2.3. Eventos Desportivos

Atualmente é irrefutável dizer-se que o mundo desportivo cresceu a uma escala global, impulsionado pelo seu constante aprimoramento e pelos avanços tecnológicos que, de forma inteligente, foram aplicados ao desporto. Se pensarmos em desporto ocorre-nos logo as cerimónias, medalhas, atletas, público e tudo o que decorre de um evento desportivo. Contudo tudo isto só é possível, porque houve um exigente processo em toda a retaguarda do evento, daí surge a necessidade de perceber a complexidade que é a gestão de um evento desportivo, seja ele, qual for. No final, o evento será avaliado consoante a satisfação de todos os intervenientes, sobretudo dos espectadores. Tal como Sarmiento et. al (2011) referem, a dimensão alcançada pelo evento desportivo no dia a dia da sociedade contemporânea tem legitimado o crescimento exponencial da sua complexidade e dos recursos necessários para sua realização.

O evento desportivo apresenta todas as características inerentes a um evento comum, porém enriquecido por um conjunto altamente distinto de particularidades (Sarmiento et al., 2011). Para além disso, os autores complementam que, o evento desportivo é um espaço de interação entre territórios comunicacionais bem diferentes, nos quais as expectativas raramente são coincidentes, criando em torno da sua efetivação um clima de grande complementaridade, quando não, de alguma ou muita oposição, confronto e imprevisibilidade.

Contudo, a definição de evento desportivo não é consensual entre os vários autores. Por exemplo para Parent & Chappellet (2015), evento esportivo é um conceito amplo que engloba uma grande variedade de competições desportivas, locais a internacionais.

Isidoro et al. (2014), considera que para que aconteça um evento desportivo, este tem de ser planeado, com data, hora e local previamente divulgados.

Já para Giacaglia (2006), um evento é uma situação que resulta numa reunião de várias pessoas com um propósito distinto e inerente ao mesmo.

Em suma, um evento desportivo é de difícil mensuração, dado ser um serviço que se caracteriza pela sua subjetividade, mutabilidade e longevidade Correia et al. (2001). O autor refere ainda que os eventos são, experiências subjetivas de natureza complexa, cuja mensuração torna-se desafiadora, dado que tanto os praticantes quanto os espectadores desempenham papéis integrais na criação desses momentos.

Dado a complexidade conceptual do tema, o importante na gestão de eventos desportivos, será a capacidade de adaptação a cada evento e às suas características únicas, à particularidade de cada cultura, da dimensão e complexidade do momento (Sarmiento et al., 2011).

As funções de um gestor desportivo durante um evento são inúmeras. Carvalhido (2002), refere que um dos principais objetivos de um gestor de eventos desportivos é fazer com que a imagem do evento se torne duradoura na história do país que o acolhe e para a população mundial. Constantino (2006), afirma que o evento desportivo pode representar um excelente catalisador de notoriedade para aqueles que o organizam, para os participantes envolvidos e também para a região onde é realizado.

### 2.3.1. Tipologia

Atualmente é possível classificar os tipos de eventos de variadíssimas formas. A magnitude de um evento é, por si só, um elemento crucial para defini-lo. Embora, de forma geral, os elementos constituintes permaneçam consistentes, a combinação única e a interação das dinâmicas em cada fase operacional ou organizativa conferirão características distintivas a cada evento (Sarmiento et al., 2011).

Sachetti (2009) distingue os diferentes eventos em: desportivos, sociais, religiosos, políticos, empresariais, sectoriais e especiais. Esta divisão é feita em função da sua estrutura, dinâmica e públicos-alvo.

De outra forma Poit (2006) afirma haver três dimensões distintas para classificar os eventos: segundo a sua categoria (institucional e promocional), segundo a sua área de interesse (desportivo, cultural, empresarial, educacional, turístico, etc.) e segundo a sua tipologia (congressos, convenções, palestras, feiras, conferências, teleconferências, leilões). Neste contexto em particular interessa especialmente os eventos desportivos, que mesmo tendo características próprias não se diferenciam do núcleo central dos outros eventos. O mesmo autor afirma que existem subdivisões nos eventos desportivos:

- Campeonato: Competição de longa duração onde os concorrentes se enfrentam pelo menos uma vez;
- Torneio: Competição eliminatória, realizada num curto espaço de tempo, onde dificilmente ocorre confronto entre todos os concorrentes;
- Jogos Olímpicos: Competição de longa duração que congrega variadas modalidades;
- Taça /Copa: Promoção do patrocinador;
- Festival: Evento desportivo participativo e informal;
- Circuito Desportivo: Atividade desportiva recreativa que reúne diversas estações;
- Desafios: Competições, normalmente individuais.

Já Boyer, Musso, Barreau, Collas, & Addadl (2007), afirmam que existem quatro dimensões base:

- Eventos tipo A: Jogos Olímpicos ou fases finais dos Mundiais das diversas modalidades;
- Eventos tipo B: finais de Taça das diversas modalidades de cada país;
- Eventos tipo C: evento irregular de nível nacional, mas perfeitamente localizado no tempo;

- Eventos tipo D: evento nacional de carácter regular, como um jogo de um campeonato ou torneio.

Sarmiento (2002), usa uma distinção muito semelhante à anterior, o autor divide os eventos tendo em conta a sua escala:

- Mega eventos: duração superior a oito dias e de nível internacional;
- Grandes Eventos: nível internacional com a participação de milhares de atletas e espectadores;
- Pequenos eventos: nível nacional ou internacional com duração limitada e pequena participação de atletas e espectadores;
- Micro eventos: campeonatos e eventos de menor relevância competitiva.

### 2.3.2. Etapas e Fases do Evento Desportivo

Também neste tema, não há uma concordância total entre autores. Contudo, todos eles concordam que, uma meticulosa elaboração de um plano para um evento é de extrema importância para garantir a sua realização com alta qualidade. Por isso, elaboraram várias propostas de planeamento de um evento para que seja possível minimizar as incertezas e evitar surpresas inesperadas durante a sua execução.

Para Sarmiento et al. (2011) o evento pode decompor-se em quatro etapas distintas. A primeira etapa surge com a procura de uma resposta para solucionar um problema específico. Os autores defendem ainda que novas propostas não surgem do nada, mas sempre idealizadas com base em experiências vividas, a esta etapa dão o nome de “Ideia”. A segunda etapa tem o nome de “Conceção”, que corresponde ao esboço do evento tendo em consideração os recursos e meios disponíveis e também os possíveis riscos (clima, atrasos, transportes, avarias, segurança, acidentes). A terceira etapa, ou “Realização”, na qual nada

pode falhar, pois trata-se do momento exato do evento. Toda a equipa deve estar concentrada e treinada, para resolver, em tempo real, possíveis imprevistos. A capacidade de resolução de problemas com o menor número de intervenções é fundamental. A última etapa corresponde à “Avaliação” onde se faz a apreciação global do evento. Nesta fase é importante que haja uma auto e hetero-avaliação do evento por parte dos *stakeholders*. No final dessa avaliação é elaborado um relatório final para perceber se as estratégias iniciais foram levadas a cabo e que modificações foram implementadas ao longo do processo.

Os mesmos autores consideram que um evento desportivo, a fim de alcançar um nível de eficácia que esteja em consonância com os recursos disponíveis e as expectativas geradas, deve ser dividido em três fases claramente definidas (figura 2):

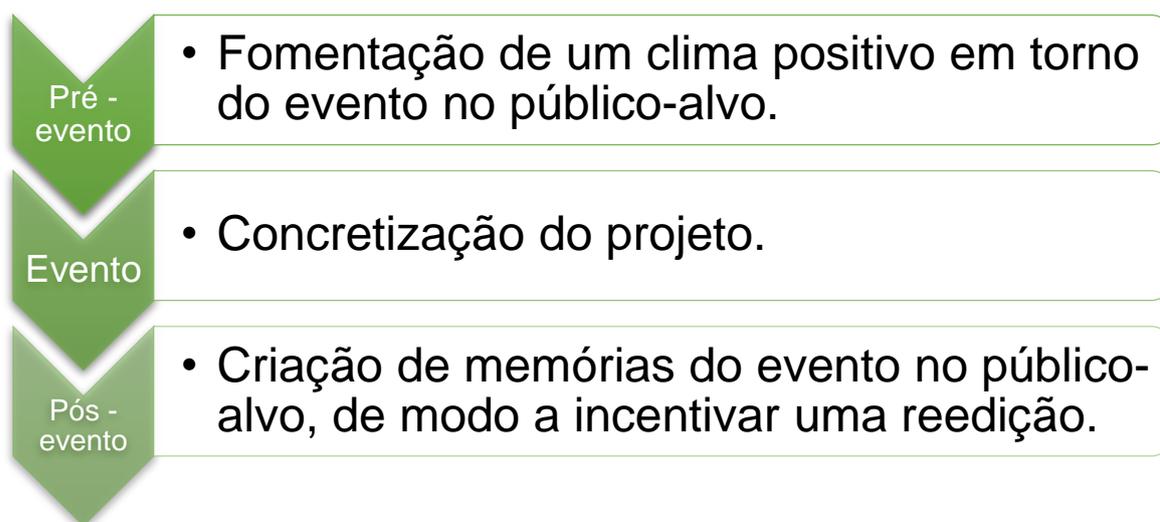


Figura 2 Fases de um evento desportivo (Sarmiento et al. 2011)

Já para Camy & Robinson (2007), existem quatro fases no planeamento de um evento desportivo: desenho (conceptualização, esquematização e organização do evento desde a ideia original até à decisão de realização), desenvolvimento (preparação do evento), implementação (o evento propriamente dito) e dissolução (encerrar o evento após a competição).

O planeamento de um evento desportivo acarreta consigo uma necessidade de criar procedimentos e departamentos de ação com base numa grelha organizacional bem estruturada, como a que Sarmiento et al. (2011) propõe e a figura exposta mais à frente explica (figura 3).

A estrutura coordenadora de um evento desportivo precisa de ser adaptada a diferentes graus de complexidade, que são determinados pela duração do evento, o número de participantes envolvidos e os padrões de qualidade dos serviços a serem oferecidos.



Figura 3 Esquema de coordenação de um evento desportivo (Sarmiento et al. 2011)

A particularidade deste modelo, resumido na figura 3, é a divisão do projeto em departamentos, que apesar de serem coordenados centralmente, têm uma dada autonomia. Os seis departamentos são: o financeiro, o jurídico, o das operações, o da logística, o do marketing e o da gestão do risco.

O departamento financeiro assume a responsabilidade pela administração do orçamento, pela aquisição de bens e serviços, bem como pelo processamento de pagamentos relacionados a compras e serviços.

O departamento jurídico diz respeito à revisão de leis e normas necessárias para que o evento ocorra dentro de toda a legalidade. Este departamento é tanto mais complexo, quanto maior a exigência do evento em causa.

O departamento de operações agrega todas as necessidades básicas dos intervenientes no evento tal como: transporte, alojamento, alimentação, acreditação, segurança, cerimónias protocolares, relações-públicas, equipamentos de gestão e recursos humanos.

O departamento de logística abrange todas as atividades que ocorrem durante o evento. Este departamento deve estar munido de pessoal técnico capaz de resolver qualquer situação, simples ou complexa, que possa existir.

O departamento de *marketing* faz a divulgação do evento através da implementação de estratégias de comunicação apropriadas, com vista a atrair tanto patrocinadores como o público-alvo. Este departamento tem como função criar a imagem do evento e, ao mesmo tempo, fazer perdurar a memória deste, para que, num futuro se possa voltar a realizar.

Por último, o departamento de gestão de risco, que deve antecipar qualquer situação que ponha em risco o sucesso do evento. Este departamento estabelece limites aos restantes.

Os autores concluem que, esta divisão requer a existência constante da aplicação de conhecimento e da coordenação precisa em cada etapa, seguindo a linha delineada previamente no plano, que indica de maneira transparente que abordagem está mais alinhada com a missão, visão e objetivos previamente estabelecidos pela liderança estratégica.

## 2.4. Desporto Universitário

O desporto universitário teve a sua origem em Inglaterra durante o século XIX, com o objetivo de proporcionar uma atividade de lazer para os estudantes universitários pertencentes a classes privilegiadas da sociedade da época.

Segundo Colaço & Fleck (2009), a origem do desporto universitário está relacionada com a perceção do desporto como um meio de promover a confraternização entre povos, sendo considerado um instrumento social de grande relevância dentro da comunidade. E, claro, desporto associado a um estilo de vida mais saudável.

São vários os autores que corroboram a ideia de que o desporto universitário foi criado para que os estudantes, o futuro da sociedade, pudessem partilhar valores, como o da camaradagem e entreaajuda, com vista a uma construção mais harmoniosa e justa da sociedade. Como Kay (1997), afirma que o desporto universitário deve ser conceituado como um conjunto de iniciativas direcionadas aos estudantes, com o propósito de fomentar a interação social e o respeito mútuo através da prática desportiva. Gallien (2001), reivindica também que é através do desporto praticado nos estabelecimentos de ensino universitário que podemos transmitir os valores mais altos e puros da sociedade.

Ao longo dos tempos foram várias as mudanças que ocorreram neste tema e o investimento financeiro feito pelas universidades também foi aumentando. Por isso, nos dias de hoje cada país apresenta a sua própria realidade quando se trata do tema do desporto universitário, uma vez que se pode identificar duas áreas distintas de atuação: a competição e o lazer. De um lado, o lazer, que envolve a diversão e a continuidade da prática desportiva como uma forma de entretenimento. Por outro lado, existe a dimensão do profissionalismo desportivo, caracterizada pela competição e representação da instituição de ensino (Colaço & Fleck, 2009).

### 2.4.1. Desporto Universitário Internacional

A nível mundial, a organização responsável pelo desporto universitário é a *Fédération Internationale du Sport Universitaire*, ou Federação Internacional do Desporto Universitário (FISU). Foi fundada em 1949, por Paul Schleimer. A FISU acredita que os valores intrínsecos ao desporto e a participação na atividade desportiva coexistem de forma harmoniosa no contexto universitário de um indivíduo. Podemos ver o seu logótipo através da figura 4.

A FISU organiza eventos desportivos e educacionais a nível mundial, com a missão de proporcionar aos estudantes universitários a oportunidade de se conectarem e interagirem com estudantes de todo o mundo, num ambiente colaborativo e competitivo. (FISU, s.d.)



Figura 4 Logotipo oficial da FISU

Fazem parte da FISU cinco federações continentais do desporto universitário:

- EUSA (Associação Europeia de Desporto Universitário);
- FASU (Federação Africana de Desporto Universitário);
- AUSF (Associação Asiática de Desporto Universitário);
- ODUPA (Organização Pan-Americana do Desporto Universitário);
- OUSA (Organização de Desporto Universitário da Oceânia).

O maior evento organizado pela FISU, as Universíadas são atualmente o segundo maior evento multidesportivo mundial a seguir aos Jogos Olímpicos,

realizam-se a cada dois anos e têm vertente de verão e inverno. Nas Universíadas só podem competir estudantes universitários com idades compreendidas entre os 17 e os 28 anos. (Rios, 2015)

#### 2.4.2. Desporto Universitário Nacional

A nível nacional, o desporto universitário é gerido pela Federação Académica do Desporto Universitário (FADU). Podemos ver o seu logótipo na figura 5. Fundada a 2 de março de 1990 e dotada de Utilidade Pública Desportiva desde 1995. O seu nascimento foi impulsionado pelo movimento de várias academias do país e, como podemos ler no site oficial, com o intuito de impulsionar, encorajar e gerir o desporto universitário. Atualmente é considerada uma das maiores entidades federativas relacionadas com o desporto do país. (FADU, s.d.)



*Figura 5 Logotipo oficial da FADU*

A missão da FADU centra-se em gerir o desporto no Ensino Superior em todas as suas vertentes, a desportiva, educacional e social. Pretende ainda incentivar a competição e convívio entre estudantes de todo o país, fomentando sempre hábitos de vida saudável na comunidade estudantil. (FADU, s.d.)



## 3. Enquadramento Institucional

### 3.1. História do Desporto na U.Porto

Há 71 anos, em 1949, foi inaugurado o Centro Universitário do Porto (CUP), que abraçava uma ampla gama de atividades, que englobava desde vertentes desportivas até ações de cunho social, configurando-se como a estrutura unificada que abrigava os atuais serviços autónomos da Universidade do Porto. Nessa época, a organização ainda não se encontrava diferenciada nas suas funções. Neste contexto, surge a constituição do Centro Desportivo da Universidade do Porto (CDUP), o qual operava como um clube desportivo direcionado especialmente aos estudantes da U.Porto, desempenhando um papel fundamental na representação das equipas universitárias nos Campeonatos Universitários da época e na administração das instalações desportivas.

Decorridos quatro anos, em 1953, foi solenemente inaugurado o estádio universitário Professor Doutor Jayne Rios Souza, um marco significativo na história da instituição. Posteriormente, em 1968, o pavilhão gimnodesportivo Professor Doutor Galvão Teles emergiu como uma nova adição ao complexo desportivo da universidade, proporcionando instalações modernas e funcionais para as atividades físicas e desportivas.

A obtenção de reconhecimentos e distinções impulsionou o CDUP a ampliar as suas fronteiras, passando a acolher atletas externos à comunidade U.Porto e integrando-os nas suas equipas universitárias. Durante os anos 90, emerge, assim, um movimento de contestação contínua, liderado pelos estudantes e pelas Associações de Estudantes e movido pela carência de espaços disponíveis para a prática desportiva, dado que essas mesmas instalações passaram a ser ocupadas pelas equipas federadas do CDUP.

Após a mencionada insurgência, a administração do clube manteve-se inabalável nas suas convicções, prolongando-se até 2004, ano em que a Universidade do Porto optou por dissociar-se do CDUP. Nesse contexto, o Reitor renunciou ao posto de Presidente da Mesa da Assembleia Geral do CDUP e cessou o apoio financeiro antes fornecido para a gestão das instalações desportivas da U.Porto. Diante da resistência do CDUP em restituir o controlo das instalações à U.Porto, teve início um processo judicial que se estendeu até ao final de 2012.

Devido à subutilização decorrente da cessação da prática desportiva, todas as instalações sob responsabilidade do CDUP sofreram um processo de degradação, culminando numa redução significativa do número de atletas filiados ao clube. Como consequência direta, algumas modalidades desportivas tiveram de ser encerradas. Os Campeonatos Académicos do Porto (CAP) foram transferidos para a tutela da Federação Académica do Porto (FAP), e as Associações de Estudantes assumiram a responsabilidade pela organização das atividades desportivas destinadas aos estudantes universitários.

Em 2004 assistimos à criação do Gabinete de Atividades Desportivas da Universidade do Porto (GADUP), que posteriormente se transformou no atual CDUP-UP. Essa iniciativa tinha como objetivo central fomentar e coordenar a prática desportiva destinada à comunidade da Universidade do Porto e apoiar as Associações de Estudantes da Universidade do Porto (AAEE).

No ano de 2010, como resultado de uma reestruturação orgânica, o GADUP foi incorporado ao Departamento de Integração Académica Saúde e Desporto, resultando numa mudança de nome para Gabinete de Apoio ao Desporto da Universidade do Porto.

Finalmente, em janeiro de 2013, esse novo órgão passou a ser denominado Centro de Desporto da Universidade do Porto (CDUP-UP), assumindo a responsabilidade pelas atividades desportivas de âmbito universitário, bem como pela gestão das instalações desportivas.

## 3.2. CDUP-UP

### 3.2.1. Caracterização Organizacional

No dia 4 de fevereiro de 2013 é instituído mediante resolução do Conselho Geral da Universidade do Porto, o Centro de Desporto da Universidade do Porto configura-se como um serviço autónomo, integrante da universidade e tem como missão primordial incentivar a comunidade académica para a prática da atividade física.

Torna-se imprescindível ressaltar que o Centro de Desporto da Universidade do Porto possui autonomia administrativa e financeira, incumbindo-lhe a promoção e garantia da prática desportiva para sua comunidade académica, abrangendo atividades recreativas como o desporto universitário, tanto federado como não federado. Adicionalmente, é responsável pelo controlo e administração das infraestruturas desportivas da U.Porto.

Como referimos anteriormente, a atividade do CDUP-UP foca-se em duas grandes áreas:

#### i. Gestão de Instalações Desportivas

O CDUP-UP gere um total de quatro instalações, sendo que, numa delas, intervém de forma indireta: o Estádio Universitário; o Pavilhão Desportivo Luís Falcão; o Complexo Desportivo da Boa Hora e as instalações da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, estas últimas de forma indireta.

#### ii. Gestão de Atividades Desportivas

Em relação a atividades desportivas, a oferta do CDUP-UP divide-se em três tipos: sistemáticas; pontuais e de representação.

As atividades que o CDUP-UP tem para oferecer são as seguintes:

- Reserva de instalações desportivas;
- UPFit – atividades de *fitness*;

- Competição – representação da U.Porto nos CNU’s;
- U-Bike – aluguer de bicicletas elétricas;
- Pausa Ativa – sessões de atividade física laboral para a comunidade académica;
- Outras atividades pontuais.

Como qualquer instituição desportiva o CDUP-UP rege-se pela sua missão, visão e valores, tendo sempre como foco o seu público-alvo. A figura 6 resume de uma forma simples a cultura organizacional do CDUP-UP.

Tabela 3 Cultura Organizacional CDUP-UP

<b>Missão</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Motivar a comunidade U.Porto para a prática desportiva, com vista à melhoria da qualidade de vida</li> </ul>
<b>Visão</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ser reconhecido com um serviço desportivo universitário de excelência</li> </ul>
<b>Valores</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ética, rigor, transparência, igualdade de acesso e tratamento, inovação e qualidade</li> </ul>
<b>Público-alvo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estudantes, antigos alunos (alumni), docentes, investigadores, funcionários da U.Porto e externos (federações, clubes, empresas ...)</li> </ul>

Para além destas diretrizes, o CDUP-UP assenta ainda em três pilares estratégicos:

## 1. Qualidade de Vida da Comunidade U.Porto

1.1 Promover a prática desportiva na Universidade do Porto como uma estratégia para aprimorar a saúde, o bem-estar e a qualidade de vida da comunidade académica, ao mesmo tempo em que se procura o aperfeiçoamento do desempenho académico dos estudantes.

- 1.2 Aumentar a oferta desportiva, por meio da melhoria contínua das instalações desportivas.
- 1.3 Expandir tanto a quantidade quanto a qualidade dos programas promovidos pela Universidade do Porto, com o objetivo de consciencializar a comunidade académica sobre a importância da prática desportiva.
- 1.4 Diversificar a oferta desportiva nos três polos da U.Porto.

## **2. Infraestruturas e equipamentos desportivos**

- 2.1. Realizar a recuperação das instalações desportivas existentes, adaptando-as para atenderem às atuais exigências.
- 2.2. Prover os três polos da Universidade do Porto com infraestruturas desportivas que permitam uma prática desportiva abrangente para todos os membros da Comunidade U.Porto, levando em consideração as restrições espaciais de cada polo e da sua população.
- 2.3. Realizar a identificação de edifícios pertencentes à Universidade do Porto que apresentem potencial para serem reconvertidos em espaços desportivos, especialmente destinados às atividades de *fitness*.
- 2.4. Elaborar um programa sustentável que abarque a construção e/ou recuperação de instalações desportivas, contemplando medidas e estratégias para garantir sua viabilidade.

## **3. Representação da U.Porto**

- 3.1. Apostar na representação em competições desportivas universitárias como forma de divulgar a "marca" U.Porto e na criação de "espírito de corpo".
- 3.2. Preservar o nível competitivo das equipas representantes da Universidade do Porto em Campeonatos Nacionais e Internacionais Universitários, através do investimento contínuo em recursos técnicos, táticos e humanos.
- 3.3. Criar condições na U.Porto para apoio aos estudantes de alto rendimento tendo em vista o seu sucesso académico.

3.4. Organizar eventos desportivos universitários de carácter nacional ou internacional.

### 3.2.2. Caracterização Orgânica e Funcional do CDUP-UP

Para que a missão do CDUP-UP seja cumprida da melhor forma, esta instituição é composta por gabinetes, departamentos, unidades e núcleos. Na figura 7 podemos encontrar o Organograma do CDUP-UP.

Em primeiro lugar surgem os gabinetes:

- Gabinete de qualidade e melhoria contínua;
- Gabinete de Comunicação e Imagem;
- Gabinete de Planeamento e controlo de Gestão.

A atividade do CDUP-UP divide-se em dois grandes departamentos, como já foi aqui mencionado: Departamento de Organização e Gestão de Atividades Desportivas, que tem como função promover e aumentar a prática desportiva no seio académico e o Departamento de Competição e Gestão de Instalações Desportivas, que gere a representação desportiva da U.Porto e as instalações desportivas tuteladas por ele mesmo.

Os departamentos podem ser desagregados em unidades conforme a necessidade e adequação para a distribuição de áreas, tendo em consideração a dimensão e o posicionamento estratégico da instituição. As unidades que constituem cada departamento do CDUP-UP são as seguintes:

- Unidade de Organização de Atividades Internas;
- Unidade de Atividades de Recreação;
- Unidade de Desporto Adaptado;
- Unidade de Ocupação de Tempos Livres;
- Unidade de Organização de Eventos Desportivos;
- Unidade de Competição Universitária;
- Unidade de Competição Federada;

- Unidade de Gestão de Instalações Desportivas.

Por fim, a Unidade de Atividades de Recreação pode ainda decompor-se em núcleos consoante a natureza da atividade física aí praticada:

- Núcleo de Gestão de Atividades Aquáticas e Modalidades Recreativas;
- Núcleo de Gestão de Atividades Cardiofitness e de Desporto de Combate;
- Núcleo de Gestão de Atividades de Ritmo e de Atividades de Corpo e Mente.

De salientar e acrescentando que o Diretor do CDUP-UP é nomeado pelo Reitor da Universidade do Porto, que desde a sua criação é o Dr. Bruno Almeida.

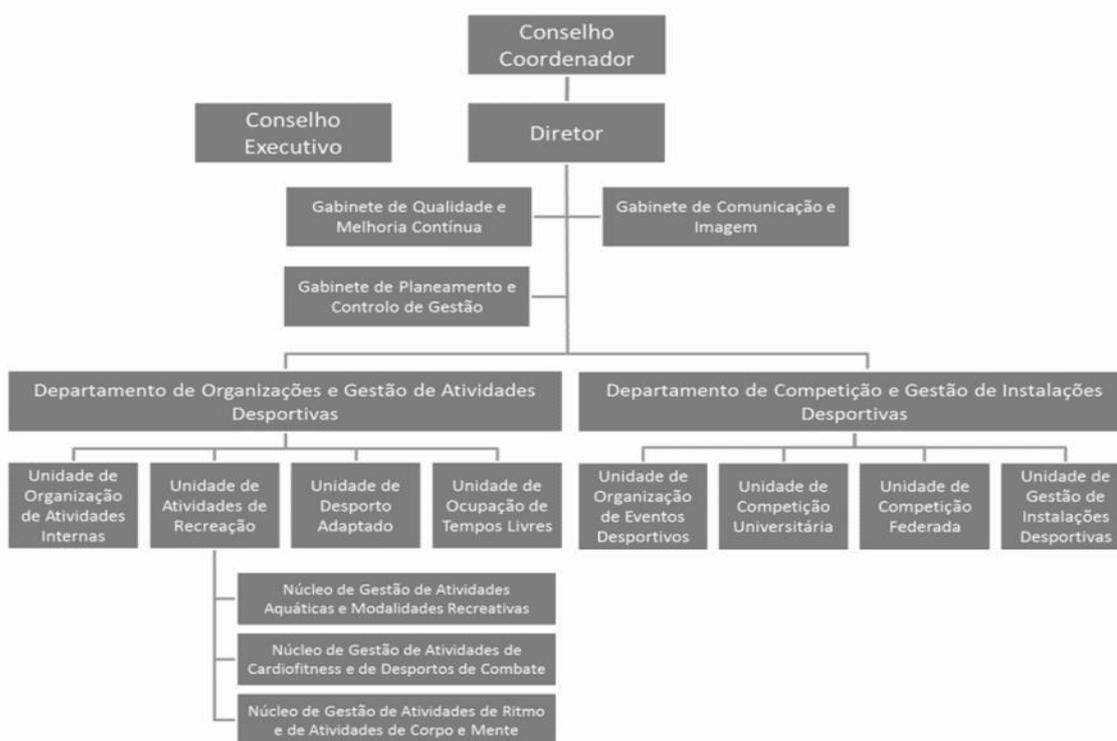


Figura 6 Organograma CDUP-UP

O Centro de Desporto da Universidade do Porto dispõe de uma equipa de recursos humanos altamente dedicada e especializada, cujo propósito fundamental consiste em assegurar a eficiente operacionalização das atividades e instalações desportivas proporcionadas pela instituição. Entre eles, estão funcionários administrativos, técnicos e professores de educação física, que atuam em diferentes áreas desde o atendimento ao público, passando pela manutenção das instalações, até à instrução dos treinos e aulas. Sem esquecer a organização do desporto universitário.

De modo a viabilizar a organização de eventos e atividades desportivas, bem como a gestão das instalações, o CDUP-UP conta ainda com o auxílio de uma equipa de voluntários composta por estudantes.

### 3.2.3. Caracterização das Instalações

O CDUP-UP tem a seu cargo três instalações desportivas e gere outra, ainda que, indiretamente. Estas infraestruturas estão distribuídas por três Pólos Universitários:

- Pólo I – Centro da Cidade;
- Pólo II – Asprela;
- Pólo III – Campo Alegre.

#### 3.2.3.1. Pólo I – Centro da Cidade

Este Pólo situa-se na Baixa da cidade do Porto e lá podemos encontrar a Reitoria da Universidade do Porto, a Faculdade de Direito, o Instituto de Ciências Biomédicas Abel Salazar, a Faculdade de Farmácia e a Faculdade de Belas Artes.

No centro da cidade localiza-se o **Complexo Desportivo da Boa Hora** (figura 8), que conta com o Pavilhão Desportivo (28m x 15m), um ginásio, uma

sala de *fitness* (100m<sup>2</sup>), uma sala de desportos de combate (100m<sup>2</sup>) e uma sala de musculação.

Este complexo alberga também a sede do CDUP-UP.



*Figura 7 Complexo Desportivo Boa Hora*

### 3.2.3.2. Pólo II – Asprela

Pólo localizado na zona da Asprela, encontram-se sedeadas as seguintes instituições: Faculdade de Medicina; Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação; Faculdade de Engenharia; Faculdade de Economia; Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação; Faculdade de Medicina Dentária e Faculdade de Desporto, onde na entrada principal CDUP-UP tem um balcão de atendimento ao público.

Neste Pólo podemos encontrar o **Pavilhão Desportivo Luís Falcão** (figura 9), localizado entre a Faculdade de Engenharia e a de Economia, que foi solenemente inaugurado em 22 de março de 2012. Este pavilhão possui uma área de 40m x 20m, possibilitando a prática de diversas modalidades desportivas, como futsal, basquetebol, andebol, voleibol, entre outras. Ademais, o pavilhão conta com quatro balneários disponíveis para utilização.



Figura 8 Pavilhão Desportivo Luís Falcão

Embora não pertença diretamente ao CDUP-UP, é nas instalações da **FADEUP** (figura 10) que se desenrolam quase todas as atividades do UPFit, uma vez que a faculdade possui umas instalações capazes de proporcionar um ambiente diversificado e propício para a prática de diferentes modalidades desportivas. O CDUP-UP tem atividades na Sala de Musculação com uma área de 200 m<sup>2</sup>, na Sala de Desportos Adaptados com 100 m<sup>2</sup>, na Piscina que conta com 6 pistas de 25m, no Pavilhão de Ginástica Rítmica, o qual possui uma parede de escalada e nas Pistas de Atletismo.



Figura 9 FADEUP - Pavilhão Ginástica Rítmica

### 3.2.3.3. Pólo III – Campo Alegre

Este Pólo é um pouco mais reduzido no número de instituições académicas nele localizadas. Aqui situa-se a Faculdade de Arquitetura, a Faculdade de Ciências e a Faculdade de Letras. No Campo Alegre o CDUP-UP administra o **Estádio Universitário Prof. Dr. Jayme Rios Souza** (figura 11), que oferece um amplo leque de possibilidades para a prática de diversas modalidades desportivas e atividades físicas. É composto por um Pavilhão Multidesportivo com duas naves (A e B), dois courts de ténis, dois campos de Futebol de 11, quatro campos de futebol de 7, um campo de rugby, uma pista de atletismo com três corredores de 136 metros, um campo de futebol de 5 com relva sintética e ainda um ginásio outdoor.



*Figura 10 Estádio Universitário Prof. Dr. Jayme Rios Souza*

### 3.2.4. Serviços CDUP-UP

Se no tópico passado abordamos o Departamento de Competição e Gestão de Instalações Desportivas, debruçamo-nos agora sobre o Departamento de Organização e Gestão de Atividades Desportivas. O serviço

oferecido pelo CDUP-UP à Comunidade U.Porto pode ser classificado em várias categorias.

## 1. UPFIT

É um programa de *fitness* presencial e online e conta com vários serviços ao dispor dos utentes como: musculação e aulas de grupo, planos de treino personalizados, consultas de nutrição, avaliações da composição corporal, eventos UPFit ao longo do ano. A totalidade da comunidade da U.Porto possui acesso a essas modalidades e atividades oferecidas pelo CDUP-UP. Contudo, os estudantes desfrutam de preços privilegiados, como forma de incentivo e apoio à sua participação nas atividades desportivas promovidas pela instituição. Essa política de preços diferenciados visa encorajar a participação ativa dos estudantes no desporto universitário e contribuir para a promoção de um estilo de vida saudável e equilibrado dentro da comunidade académica.

Podemos dividir o UPFit em várias categorias (tabela 3):

<b>Atividades Aquáticas</b>	Natação (por níveis), Natação Pura (livre), Hidroginástica, Circuito Aquático, Polo Aquático	<b>CDUP-FADEUP</b>
<b>Fitness e Dança</b>	Cardio Local, GAP, Zumba, Localizada, Pump, Step Local, Barra no Chão, Glúteos, Workout, Strong, Core, Jump	CDUP-FADEUP CDUP-Boa Hora Estádio Universitário
<b>Corpo e Mente</b>	Pilates, Tai Chi, Yoga	CDUP-FADEUP CDUP-Boa Hora
<b>Modalidades de Combate</b>	Judo, Karaté, Esgrima Medieval, Krav Maga	CDUP-Boa Hora
<b>Kids</b>	Natação Kids, Judo Kids, Karaté Kids	CDUP-FADEUP CDUP-Boa Hora
<b>Desporto Adaptado</b>	Musculação Adaptada, Natação Kids Adaptada	CDUP-FADEUP
<b>Modalidades</b>	Escalada, Badminton	CDUP-FADEUP Pavilhão Luís Falcão

Tabela 4 UPFIT

## 2. Competir na U.Porto

Os estudantes da academia tem a possibilidade de representar a U.Porto em competições universitárias a nível nacional e internacional através de mais de 40

modalidades desportivas. Entre elas: Andebol (feminino), Atletismo, Badminton, Basquetebol 3x3, Bilhar, BodyBoard, Canoagem, Ciclismo, Corfebol, Desportos de Inverno, Equitação, Escalada, Esgrima, Floorball, Futebol 7, Futvolei, Ginástica, Golfe, Hóquei em Patins, Judo, Karaté, Karting, Kickboxing, Natação, Orientação, Padel, Patinagem, Polo Aquático, Remo, Rugby 7, Setas, Squash, Surf, Taekondo, Ténis, Ténis de Mesa, Trail, Triatlo, Tiro com Arco, Vela, Voleibol de Praia, Xadrez.

### 3. Aluguer de instalações desportivas

Através da *app* do CDUP-UP, ou no próprio *site*, a comunidade U.Porto pode efetuar a reserva de instalações desportivas pertencentes ao CDUP-UP.

### 4. Projeto U-Bike

Tem como objetivo primordial fomentar e incentivar a mobilidade ciclável entre os estudantes universitários. Através desse projeto, o CDUP-UP busca promover o uso da bicicleta como uma opção sustentável e saudável de deslocação no ambiente académico, contribuindo para a redução do tráfego automóvel e dos impactos ambientais, além de promover um estilo de vida mais ativo e saudável entre os estudantes.

As bicicletas podem ser alugadas por um período que pode variar entre os 3 e os 12 meses (quanto mais tempo, mais barato) e o aluguer inclui a bicicleta, manutenções preventivas a cada 3 meses e sempre que necessário, seguro, comunicações GPS, aplicação U-Bike e kit de utilizador com cadeado e capacete.





## 4. Realização da Prática Profissional

Este capítulo tem como objetivo sumariar e catalogar todas as atividades realizadas decorrentes do estágio profissionalizante no CDUP-UP. Aqui encontra-se esplanada cada fase da gestão de um evento desportivo.

O plano anual de trabalhos do CDUP-UP foi elaborado pela organização interna da própria entidade, com base na observação do calendário do ano letivo anterior e com os necessários ajustes. A presença da estagiária foi adaptada para que, a experiência abrange-se eventos e atividades de vários temas.

### 4.1. Cursos de defesa pessoal para mulheres

Como bem se sabe, a violência nas ruas do Porto tem vindo a aumentar, onde as mulheres são a principal vítima. Posto isto, de forma a dar às mulheres ferramentas e técnicas de autoproteção, o CDUP-UP promoveu cursos de defesa pessoal exclusivamente para mulheres, o cartaz do evento pode ser consultado no Anexo I.

#### **Pré-evento**

Nesta fase, a principal tarefa da estagiária foi marcar reuniões com as Associações de Estudantes da U.Porto, para dar a conhecer o curso e em que formato este se iria realizar. Isto é, a tarefa realizada no pré-evento foi de promoção do evento junto da comunidade estudantil. Nesse sentido, o contacto dos responsáveis do departamento desportivo de cada AAEE (Associações de Estudantes) foi facultado e a estagiária agendou reuniões com as que mostraram interesse.

Foi ainda criado um formulário, onde as interessadas deveriam indicar os horários que preferiam frequentar, de forma que fosse possível constituir turmas completas. Poderiam escolher entre:

- 2.<sup>a</sup> Feira, 12h-14h, CDUP-Boa Hora;
- 3.<sup>a</sup> Feira, 18h-20h, CDUP-Boa Hora;
- 3.<sup>a</sup> Feira, 12h-14h, CDUP-Boa Hora;
- 4.<sup>a</sup> Feira, 20h-22h, CDUP-Boa Hora;
- 5.<sup>a</sup> Feira, 18h-20h, CDUP-Boa Hora;
- 6.<sup>a</sup> Feira, 20h-22h, CDUP-Boa Hora;
- Sábado, 10h30-12h30, Estádio Universitário;
- Sábado, 17h-19h, CDUP-Boa Hora.

### **Evento**

O curso teve início no dia 22 de novembro e as inscrições deveriam ser feitas até ao dia 17 desse mesmo mês, quer fossem online, ou num dos balcões de atendimento do CDUP-UP.

Para participar, as mulheres externas ao programa UPFit tinham de pagar 28,00€ + 5,00€ pelo seguro (não aplicável a estudantes da U.Porto). Para membros do programa UPFit a quantia foi de apenas 22,00€.

O curso consistiu em 4 sessões de 2 horas cada. As aulas foram lecionadas por instrutores do programa UPFit, das modalidades de combate. As participantes tiveram a oportunidade de desenvolver ferramentas de autocontrole e avaliação de situações de perigo. Foram lecionadas:

- Técnicas de libertação;
- Bloqueios de ataques;
- Contra-ataques;
- Tomas de ofensiva.

## 4.2. Campeonato Nacional Universitário (CNU) de Badminton Equipas e Ténis de Mesa Equipas

O CNU de Badminton Equipas realizou-se nos dias 22 e 23 de novembro e o CNU de Ténis de Mesa Equipas no dia 24 e 25 de novembro. Ambos os eventos foram organizados pela Universidade do Porto, mais concretamente pelo CDUP-UP e tiveram lugar no Estádio Universitário do Porto.

O CNU Badminton Equipas contou com a presença de 54 atletas de 6 clubes diferentes. Já o CNU de Ténis de Mesa Equipas teve 22 atletas inscritos de 4 clubes diferentes.

As especificidades de inscrição e regulamentação da competição podem ser consultadas nos Anexos II e III.

### **Pré- evento**

A principal função da estagiária enquadrou-se no departamento de logística do evento. Assim sendo, houve uma inscrição prévia no Portal da FADU, para que ficasse registada no *staff* do evento (figura 12).

Houve um planeamento do espaço físico existente e adaptado às necessidades das competições, dado que, num dos dias, o CNU de Badminton Singulares e Ténis de Mesa Equipas se desenrolaram em simultâneo, um no pavilhão A e outro no pavilhão B do Estádio Universitário. A partir daí, e já com o espaço dividido entre cada prova, a estagiária colaborou na montagem do evento. Colocação das redes de badminton e organização das mesas de ténis de mesa. Colocação de divisórias entre campos. Houve ainda a necessidade de colocar perto do local de jogo mesas para os Oficiais se sentarem. Por último, distribuição de publicidade do CDUP-UP, pelo pavilhão.



Figura 11 Credenciais CNU Badminton Equipas e Ténis de Mesa Equipas

## Evento

Nos dias do próprio evento a estagiária continuou a ter um papel no departamento de logística, afinando alguns pormenores inerentes ao espaço, distribuição de águas, comida e auxiliar no preenchimento do quadro de pontuações. E, também, numa gestão de risco, isto é, estando sempre preparada caso fosse preciso algo decorrente de um imprevisto, tendo em conta sempre a limitação da sua capacidade e poder de atuação.

### 4.3. Campo de Férias Desportivos (CFD) do Natal 2021

O CFD Natal 2021 do CDUP-UP foi destinado a crianças entre os 6 e os 14 anos, onde puderam usufruir de várias atividades desportivas durante duas semanas, a de 20 a 23 de dezembro e a de 27 a 30 de dezembro. Todos os participantes tiveram direito a refeições diárias (reforço matinal, almoço e lanche), seguro, t-shirt, transporte e visita a Perlím. As crianças foram divididas em grupos de 12, número imposto pelas contingências da situação pandémica vivida. O custo foi de 110,00€/semana, com 10% de desconto extra para

membros U.Porto, membros UPFit e para quem tinha irmãos inscritos. Todos os interessados tiveram de fazer uma inscrição online ou nos balcões de atendimento do CDUP-UP. No anexo IV podemos ver o cartaz do CDF de Natal 2021.

### **Pré-evento**

Para o planeamento deste evento, o CDUP-UP contava com uma técnica, com experiência. Quando a estagiária começou o estágio, a planificação do CFD já estava em andamento, dado isso, o trabalho foi muito de observação e aprendizagem para poder contribuir para o mesmo evento a realizar nas férias da Páscoa. Nesta fase a principal função incumbida à estagiária foi de apoio na logística. As tarefas propostas antes da realização do evento estão descritas na tabela 4.

Na semana anterior ao início do CFD Natal 2021 a estagiária compilou quatro dossiers para entregar a cada professor encarregue por cada grupo. No dossier constava a lista de participantes, com os contactos dos respetivos encarregados de educação e/ou as pessoas autorizadas a irem buscar os mesmos no final do dia e informações essenciais das crianças, como eventuais alergias, doenças ou intolerâncias alimentares. O dossier possuía ainda, a ementa semanal (ver anexo V e VI), o plano de atividades semanal (ver anexo VII), os planos de aula de cada atividade, o plano de contingência COVID-19 (Coronavírus 2019), o regulamento interno do CFD Natal 2021 e as informações que foram enviadas aos encarregados de educação. A estagiária teve também de organizar (imprimir e recortar) as credenciais de todos os participantes.

Já no Estádio Universitário foi necessário preparar as bancadas, local onde os participantes deixavam os seus pertences, lanchavam e almoçavam. Foram colocadas marcas em cadeiras devidamente espaçadas, para que houvesse a distância social necessária devido à pandemia. Por último, foi também necessário organizar o espaço de receção dos participantes. Foram colocadas mesas e desenhados trajetos no chão para que à entrada e saída dos encarregados de educação o contacto social fosse minimizado ao máximo.

Tabela 5 Tarefas a realizar no pré-evento dos CFD Natal 2021

<b>Tarefas Pré-evento</b>	
Imprimir lista de participantes	✓
Imprimir lista de entrada e saída dos participantes	✓
Imprimir ementa semanal	✓
Imprimir planos de aula de cada atividade	✓
Imprimir credenciais participantes	✓
Compilação dos documentos num dossier	✓
Entregar os dossiers a cada professor	✓
Preparar bancadas para a receção dos participantes	✓
Preparação do espaço de receção dos participantes e encarregados de educação	✓

## **Evento**

Na semana do evento o horário de trabalho foi das 8h às 18h e à chegada, os Professores e intervenientes no CFD Natal 2021, realizaram, em dias alternados testes rápidos à COVID-19, para garantir a segurança de todos os participantes. Durante o evento propriamente dito as funções da estagiária foram de apoio aos monitores e à coordenadora técnica. De realçar que nos dias em que ocorreu o evento havia ainda algumas medidas de prevenção à COVID-19, logo, os processos de acreditação e receção dos participantes tiveram de ser bastante rígidos e cautelosos.

Como podemos observar na tabela 5, as principais tarefas foram de apoio logístico, a primeira tarefa era dividir o pavilhão consoante as modalidades e deixar o material necessário a cada modalidade perto da área destinada. Em

seguida, a estagiária ajudava a separar o reforço matinal por grupos, tendo em conta algumas intolerâncias alimentares dos participantes. Aquando do final de alguma atividade, era necessário desinfetar o material usado, para que o risco de contágio ao grupo seguinte fosse minimizado. Esta prática era realizada várias vezes ao dia, sempre que findava qualquer atividade. Na hora de almoço, havia novamente a divisão do almoço volante pelos diferentes grupos, tendo mais uma vez em conta qualquer adaptação na alimentação. Já na parte da tarde, a tarefa que ocupava mais tempo, era preparar os lanches dos participantes, que poderiam escolher entre pão com manteiga/queijo/fiambre/marmelada e apenas num dia, *nutella*. Os professores registavam a escolha das crianças e transmitiam posteriormente à equipa que preparava o lanche. No final do dia arrumava-se o material usado e preparava-se o material necessário para o dia seguinte. No último dia, a estagiária ficou encarregue de auxiliar os monitores dos grupos com crianças de menor idade no transporte e deslocamento dentro do parque temático.

Tabela 6 Tarefas a realizar no evento dos CFD Natal 2021

<b>Tarefas Evento</b>	
Dividir o pavilhão em função das modalidades abordadas diariamente	✓
Separar o material necessário a cada modalidade	✓
Desinfetar o material e o espaço no final de cada atividade	✓
Auxiliar os monitores na acreditação dos participantes	✓
Registar a temperatura corporal dos participantes	✓
Dividir o reforço matinal e almoço pelos diferentes grupos	✓
Preparar o lanche da tarde em função das escolhas dos participantes	✓

Auxiliar os monitores na viagem a Perlím	✓
Organizar o material necessário para o dia seguinte	✓

### **Pós-evento**

O CFD Natal 2021 não teve a adesão esperada e acabou por se realizar apenas a primeira semana prevista. Apesar disso o *feedback* dos participantes e encarregados e educação foi positivo, o que deixou margem de progressão para a organização do CFD Páscoa 2022.

Em conversa com o supervisor local, ficou anotado para próximas edições, ter mais atenção ao desperdício alimentar. Os recipientes individuais onde vinha o almoço tinham porções desajustadas a crianças e, principalmente nos grupos mais novos, em que sobrava sempre muita comida. Apercebemo-nos ainda que os jovens mais velhos não ficavam totalmente saciados após o reforço matinal, por isso, para a edição da Páscoa era necessário reforçar esse momento de alimentação.

Sobre o papel e avaliação da estagiária, o que era importante melhorar, seria a confiança para tomar decisões mais autonomamente e comunicar com maior clareza e efetividade com todos os intervenientes. Aspetos que não correram tão bem, uma vez que foi o grande primeiro evento vivido e há sempre pormenores e dinâmicas que só com a experiência podem ser adquiridos e percebidos.

## **4.4. Promoção de atividades UPFit**

Nos meses de janeiro e fevereiro de 2022, as tarefas da estagiária prenderam-se coma comunicação e promoção de algumas atividades organizadas pelo CDUP-UP. O Curso de Defesa Pessoal para Mulheres foi um

sucesso em termos de adesão e *feedback*, então realizaram-se mais edições do mesmo.

Ficou definido, após uma reunião com o supervisor local, que a estagiária teria de entrar em contacto com as associações de estudantes da academia do Porto e divulgar as atividades desenvolvidas pelo UPFit. Nessas conversas, para além da promoção das atividades, a estagiária divulgou ainda o trabalho realizado pela entidade acolhedora e esclareceu os dirigentes associativos que poderiam contar com o CDUP-UP em eventos que futuramente quisessem realizar nas próprias faculdades. Isto, para que a academia estabelecesse uma maior proximidade com o CDUP-UP e sentisse que era parte integrante do mesmo.

#### 4.5. Torneio de Duplas de Voleibol Sentado

Dando utilidade à possível parceria do CDUP-UP com as AAEEs do Porto, a estagiária, sendo ela própria, dirigente associativa da AEFADUEP reuniu com a direção da mesma e chegaram à acordo para um evento que poderia ser realizado em parceria com o CDUP-UP. Assim, surgiu a ideia de um Torneio de Duplas de Voleibol Sentado. O evento ocorreu no dia 30 de março de 2022 no Pavilhão Luís Falcão entre as 18h e as 21h.

O torneio teve como principal objetivo sensibilizar a comunidade académica para a inclusão social através do desporto e dar a conhecer a modalidade a quem ainda não a conhecia. Os participantes tiveram ainda oportunidade de ver uma demonstração de andebol em cadeira de rodas. As inscrições foram gratuitas e realizadas através de um formulário online. O cartaz do evento pode ser consultado no anexo IX.

##### **Pré-evento**

Esta foi a principal atividade organizada pela estagiária, esta teve uma grande autonomia na gestão do evento e o ponto de partida foi determinar que

recursos iriam ser necessários para a realização do torneio. Assim sendo, as tarefas com prioridade foram:

1. Local para realizar o torneio;
2. Material necessário para a realização do torneio;
3. Formato do torneio;
4. Recursos humanos necessários;
5. Comunicação e divulgação do evento.

Todos estes aspetos foram planeados com auxílio do responsável pelo Desporto Adaptado do CDUP-UP, Tiago Marques.

#### 1. Local do torneio

Dado ser um evento em parceria com a AEFADUEP, seria mais vantajoso, que o torneio decorresse na própria FADEUP, ou então num local próximo, para que houve adesão dos estudantes. Os pavilhões da FADEUP não estavam disponíveis, qualquer dia da semana, durante as horas em que o evento decorreria, posto isto, ficou acordado que o torneio se realizaria no Pavilhão Luís Falcão.

Foi estabelecido o contacto com o responsável pelas instalações do CDUP-UP, Daniel Vieira, para perceber qual o melhor dia para a realização do torneio em função da ocupação do pavilhão. Foi necessário cancelar o agendamento de duas horas feito por duas AAEE e foi então escolhido o dia 30 de março.

#### 2. Material necessário

Para a realização do torneio era necessário haver redes próprias de voleibol sentado. Uma vez que a estagiária já tinha feito parte da organização de um torneio de voleibol sentado, tinha a noção que seria possível pedir esse material à FPV (Federação Portuguesa de Voleibol), mais concretamente ao departamento de voleibol adaptado, Paravolei. E assim foi estabelecido também um contacto com a federação. Após uma troca de *emails*, a estagiária pediu redes e postes de voleibol sentado e os quadros de pontuação. Contudo, após algum tempo, e mesmo com alguma insistência, não houve uma resposta

definitiva de que seria possível usar o material da FPV. Posto isto, foi necessário procurar uma solução e com a ajuda do Tiago Marques ficou decidido que se usaria as redes de badminton do CDUP-UP, colocadas um pouco mais baixas. Os quadros de pontuação utilizados foram os do CDUP-UP e da AEFADUEP. Foram também utilizadas as bolas de voleibol do CDUP-UP.

### 3. Formato do torneio

As inscrições para o torneio foram feitas num formulário online e ficou decidido que a data limite de inscrição seria o dia 25 de março e, que no máximo, se poderiam inscrever 24 equipas.

A ideia inicial seria também haver a demonstração de basquetebol e andebol em cadeira de rodas, contudo após uma reunião, chegou-se à conclusão que não seria possível realizar 3 atividades no intervalo de tempo que tínhamos destinado ao torneio. Assim, o principal foco foi o torneio de duplas de voleibol sentado e haveria apenas a demonstração de andebol em cadeira de rodas. Para que a demonstração acontecesse, a AEFADUEP entrou em contacto com o treinador da APD Porto (Associação Portuguesa Deficientes Porto).

Findado o período de inscrições, o torneio contou com a presença de 6 duplas. Posto isto foi elaborado o quadro competitivo: primeiramente fase de grupos, com as 6 duplas divididas em 2 grupos, realizaram-se 6 jogos na fase grupos. Após isso, jogou-se a fase a eliminar, que contou com mais 5 jogos. Podemos observar o que foi falado na figura 13. No final dos 11 jogos obteve-se a classificação do 1º ao 6º lugar.

O pavilhão foi dividido em três campos de voleibol sentado e os jogos tinham a duração de 15 minutos e o intervalo entre jogos foi de 5 minutos.

O anexo X mostra o quadro competitivo pormenorizado e apresentado previamente ao torneio, aos participantes.

O CDUP-UP ficou encarregue dos prémios que foram atribuídos aos três primeiros classificados.

Tabela 7 Quadro competitivo Torneio Duplas Voleibol Sentado

Dupla 1 (A1)	Dupla 1 (B1)
Dupla 2 (A2)	Dupla 2 (B2)
Dupla 3 (A3)	Dupla 3 (B3)

**Fase a Eliminar**

<b>Apuramento do melhor 3º classificado</b>
A3 x B3

<b>Meia-final 1 (MF1)</b>	<b>Meia-final 2 (MF2)</b>
A1 x B2	B1 x A2

<b>Atribuição do 3º e 4º classificado</b>
Derrotados MF1 x MF2

<b>Final</b>
Vencedores MF1 x MF2

4. Recursos humanos

Depois de definido o formato do torneio, procurou-se perceber quantas pessoas eram necessárias para a realização eficiente e segura do mesmo. A estagiária contactou a AEFADUEP e 8 voluntários mostraram-se disponíveis para auxiliar no dia do torneio. Um número razoável para dividir os recursos humanos entre arbitragem, oficiais de mesa e apoio logístico. A figura 14 mostra a equipa de voluntários que fez parte do Torneio de Duplas de Voleibol Sentado. A equipa de comunicação e imagem do CDUP-UP ficou também destacada para o dia do evento.



*Figura 12 Equipa de voluntários AEFADUEP*

## 5. Divulgação do evento

A imagem e criação do cartaz do evento ficou a cargo do CDUP-UP. Assim que este foi criado, a divulgação foi feita através das redes sociais do CDUP-UP e da AEFADUEP e, foi ainda enviado um email com a promoção do torneio para todas as AAEEs da U.Porto.

### **Evento**

No dia do torneio a principal tarefa da estagiária foi de coordenar o evento. Fazendo sempre uma gestão do risco, para a possível existência de um eventual imprevisto. Antes do torneio começar a estagiária distribuiu os voluntários pelos diferentes campos e funções necessárias e recebeu as duplas participantes.

Algumas horas antes do início da competição, os voluntários AEFADUEP e o técnico presente do CDUP-UP montaram as redes de badminton. Os voluntários colocaram mesas perto de cada campo para os oficiais de mesa, distribuíram os quadros competitivos pelas mesas, juntamente com canetas, apitos e quadros de pontuação. Foram ainda impressos quadros competitivos

em formato A3 e colocados à vista de todos os participantes, para que estes pudessem acompanhar o andamento e resultados do torneio.

No final do torneio, aquando da demonstração de andebol em cadeira de rodas, alguns atletas da equipa convidada tiveram imprevistos e não puderam comparecer. Dado o avanço da hora e, como o pavilhão estava reservado com um horário limitado, a solução encontrada pela estagiária foi a troca da demonstração por uma conversa com atleta da APD Porto, que conseguiu comparecer. Estabeleceu-se uma conversa entre os participantes e o atleta, em que houve troca de ideias e experiências.

### **Pós-evento**

A adesão ao evento ficou aquém das 24 duplas esperadas. A comunidade académica, no geral, ainda não está muito familiarizada com o tema, nem mostra grande interesse nestas questões. Será necessário envolver os estudantes e a academia do Porto neste tipo de iniciativas e dar-lhe a conhecer o desporto adaptado. Uma possível ideia para uma reedição do evento, será fazer chegar a divulgação do evento a pessoas já mais próximas do desporto adaptado, como atletas de voleibol sentado, tornando assim, o torneio mais competitivo.

Mesmo assim, do *feedback* dos participantes foi bastante positivo, o que sugere uma boa gestão do evento. A troca da demonstração de andebol em cadeira de rodas, pela conversa com o atleta da APD Porto, foi algo completamente imprevisto, contudo os participantes ficaram muito satisfeitos, para que possa perdurar uma boa imagem do evento e fazer com que ele se repita futuramente.

No final do torneio, e como forma de agradecimento a todos os participantes, tanto duplas como voluntários, o CDUP-UP ofereceu 50% na adesão ao programa UPFit.

## 4.6. Campo de Férias Desportivo Páscoa 2022

O CFD Páscoa 2022 foi em tudo semelhante ao do Natal 2021. Dirigiu-se para o mesmo público-alvo, com os mesmos valores de inscrição e as mesmas regalias em termos de refeição. Realizou-se na semana de 11 a 14 de abril no Estádio Universitário e com uma visita de um dia à FADEUP. Podemos ver o cartaz do CFD Páscoa 2022 no anexo XI.

### Pré-evento

Neste CFD, para além de uma contribuição logística, foi sugerido à estagiária apresentar uma proposta de plano de atividades semanal. Assim, com a colaboração de uma estagiária da Licenciatura com especialização em Gestão Desportiva da FADEUP, procedeu-se a essa planificação. A proposta de atividades para um dia segue na figura 15. Apesar de se ter elaborado esta planificação, era sabido previamente, que esta iria ser apenas um exercício de “treino”, dado que a planificação semanal das atividades estava a ser realizada pela técnica do CDUP-UP.

Tabela 8 Proposta de planificação de atividades

Programa Páscoa - 11 de abril - 14 de abril (Semana 2)					
Segunda - 11 de abril					
Grupo I - 6/7	Grupo II - 8	Grupo III - 9	Grupo IV-10	Grupo V-11/12	Grupo VI 13/14
Higienização e Acreditação					
Voleibol sentado	Dodgeball	Goallball	Voleibol sentado	Jogo Lúdico	Goalball
Reforço Matinal	Reforço Matinal	Reforço Matinal	Reforço Matinal	Reforço Matinal	Reforço Matinal
Waboba street	Voleibol sentado	Dodgeball	Waboba street	Voleibol sentado	Jogo Lúdico
Almoço Volante	Almoço Volante	Almoço Volante	Almoço Volante	Almoço Volante	Almoço Volante
Sesta Ativa	Sesta Ativa	Sesta Ativa	Sesta Ativa	Xadrez A	Floorball A
Goalball	Waboba street	Voleibol sentado	Goallball	Waboba street	Voleibol sentado
Lanche	Lanche	Lanche	Lanche	Lanche	Lanche
Dodgeball	Goallball	Waboba Street	Jogo Lúdico	Goallball	Waboba Street
Regresso a casa	Regresso a casa	Regresso a casa	Regresso a casa	Regresso a casa	Regresso a casa
Prolongamento	Prolongamento	Prolongamento	Prolongamento	Prolongamento	Prolongamento

Mais próximo da data do CFD Páscoa 2022, foram então incumbidas tarefas de carácter logístico como podemos observar na tabela 6.

Tabela 9 Tarefas pré-evento CFD Páscoa 2022

<b>Tarefas Pré-evento</b>	
Imprimir lista de participantes	✓
Imprimir lista de entrada e saída dos participantes	✓
Imprimir ementa semanal	✓
Imprimir planos de aula de cada atividade	✓
Imprimir e plastificar pontos para “Caça ao ovo”	✓
Imprimir e plastificar credenciais participantes	✓
Compilação dos documentos num dossier	✓
Entregar os dossiers a cada professor	✓
Inventário material	
Preparar bancadas para a receção dos participantes	✓
Preparação do espaço de receção dos participantes e encarregados de educação	✓

Tal como no CFD Natal 2021, a estagiária precisou de imprimir uma série de documentos e compilá-los num dossier para entregar aos professores de cada grupo. Imprimiu e plastificou ainda as credenciais dos participantes e os “pontos” necessários para o jogo da “caça ao ovo”, podemos observar um exemplo de um desses “pontos” na figura 1



Figura 13 Exemplo de "ponto" para "Caça ao Ovo" CFD Páscoa 2022

Neste CFD foi ainda necessário fazer um inventário do material desportivo que se encontrava nas arrecadações do Estádio Universitário. A estagiária teve ainda de recolher todo o material usado na "caça ao ovo", como cadeados, chaves e caixas. Nos dias anteriores ao evento, e como na edição passada, foi necessário preparar as bancadas do pavilhão e o espaço de receção dos participantes e encarregados de educação.

## Evento

Durante a semana do evento as funções designadas (tabela 17) foram muito semelhantes ao CFD anterior. Mas nesta edição a técnica do CDUP-UP responsável pelo CFD, por motivos profissionais não pode estar presente em alguns dias, em determinados horários. Posto isto, a estagiária assumiu um papel de gestor de operações do evento. Para além das tarefas já descritas anteriormente, foi necessário tomar algumas decisões quanto à alimentação, de maneira que nenhum alimento ultrapassasse o seu prazo de validade e para que

as frutas não se estragassem. Com a ajuda dos funcionários do CDUP-UP, geriu-se todos os momentos de refeição da melhor forma.

Nesta edição dos CFD, no horário da manhã só foi possível ocupar um dos pavilhões do Estádio Universitário, uma vez que o outro estava alugado a uma instituição de ensino. Posto isto, a divisão de áreas por modalidade foi mais criteriosa e pensada. Para a atividade de “caça ao ovo”, a estagiária, juntamente com funcionários do CDUP-UP, criaram um circuito para que cada grupo de participantes tentasse encontrar os ovos de chocolate, ao resolver os enigmas presentes em cada “ponto”. No dia passado na FADEUP, a estagiária teve um papel de apoio aos professores dos grupos de menor idade. O plano de atividades semanal pode ser consultado no anexo XII. De salientar que as medidas de higienização continuavam presentes e a desinfecção constante do material foi mais uma vez realidade.

*Tabela 10 Tarefas evento CFD Páscoa 2022*

<b>Tarefas Evento</b>	
Dividir o pavilhão em função das modalidades abordadas diariamente	✓
Separar o material necessário a cada modalidade	✓
Desinfetar o material e o espaço no final de cada atividade	✓
Auxiliar os monitores na acreditação dos participantes	✓
Registrar a temperatura corporal dos participantes	✓
Dividir o reforço matinal e almoço pelos diferentes grupos	✓
Preparar o lanche da tarde em função das escolhas dos participantes	✓
Auxiliar os monitores no dia na FADEUP	✓

Criar circuito “Caça aos ovos”	✓
Organizar o material necessário para o dia seguinte	✓

## Pós-evento

Em conversa com o supervisor local, após o término do evento, chegou-se à conclusão de que o desperdício alimentar foi menor. A quantidade de comida estava mais ajustada à idade das crianças dos grupos mais novos. Quanto aos mais velhos, a questão da saciedade no reforço matinal continuou sem se resolver. Um tema a resolver para a edição de Verão de 2022. Foi falado também que a duração de certas atividades era muito extensa e os participantes manifestavam-se um pouco sem disposição para atividade no final desta. Ficou acordado que se iria discutir a possibilidade de encurtamento das atividades para futuras edições. No que toca à “Sesta Ativa”, atividades sem carga física que se realizam após o almoço, foi discutido o verdadeiro valor delas e, se aqui, não seria mais proveitoso dar um certo tempo de autonomia aos participantes para que estes possam conversar ou usufruir de outra forma do tempo livre sem atividades planeadas.

O papel que a estagiária teve foi em muito semelhante ao da edição anterior, mas com um grau de autonomia a responsabilidade maior. A necessidade de tomar decisões e comunicar eficientemente com o resto da equipa de recursos humanos foi uma experiência nova e enriquecedora para o futuro.

O *feedback* dos participantes e encarregados de educação voltou a ser positivo e ficou acordado a necessidade da criação de um questionário de satisfação de modo a avaliar o CFD.

## 4.7. Caminhada e Corrida Solidária pelo Autismo

Evento inserido na “U.Porto *Active Week*”, aquando das comemorações do Dia Mundial da Atividade Física celebrado dia 6 de abril. O cartaz da semana comemorativa pode ser visto no anexo XIII. A Caminhada e Corrida pelo Autismo ocorreu no dia 2 de abril e foi realizada em parceria com a associação “Vencer Autismo” e com a colaboração da Escola do Movimento, o Jardim Botânico, o Círculo Universitário e o CDUP-UP. O custo da participação foi de 5€, totalmente revertidos em favor da associação “Vencer Autismo”.

### **Pré-evento**

Foi nesta fase do evento que todas as funções da estagiária recaíram, uma vez que, por motivos pessoais, não conseguiu estar presente no dia do evento. Foi necessário entrar em contacto com o Professor Pedro Guimarães, professor de atletismo na FADEUP, com o intuito de pedir a colaboração da Escola do Movimento na caminhada e corrida, com recursos humanos no dia do evento e algumas dicas para perceber como seria a forma mais fácil de contar as voltas de cada participante, uma vez já terem experiência de eventos semelhantes. Foi necessário também realizar uma série de medidas no percurso. E, ainda, experimentar vários percursos, para determinar qual o mais adequado. A caminhada e corrida iriam ter início no Estádio Universitário, contudo foi necessário ir determinando o percurso, metro a metro e pensar por onde poderia decorrer a prova, de modo a ter uma distância considerável e adequada ao público-alvo. Depois de algumas medições e contatos feitos pelo supervisor local, ficou decidido que os participantes partiam do Estádio Universitário, passariam no Círculo Universitário e no Jardim Botânico, para aproveitar a paisagem e conhecer mais infraestruturas da U.Porto e voltavam ao Estádio Universitário, onde estava a meta.

A estagiária elaborou uma lista do material e *staff* necessário à caminhada e corrida solidária, que podem ser observadas nos anexos XIX e XV. A lista de material serviu para perceber o que era necessário reunir para o dia do evento, ou se era preciso pedir ou comprar algum material. Está explícito no documento

o que eram preciso em cada ponto (metro) da caminhada ou corrida. A lista de *staff* foi importante para determinar quantas pessoas eram essenciais para a execução da caminhada e corrida. As listas foram idealizadas para a primeira proposta de percurso da prova, contudo após alguns ajustes e mudança de percurso, estas deixaram de fazer algum sentido e elaboradas outras posteriormente pelo supervisor local.



## 5. Reflexões Finais e Considerações Futuras

O período de conclusão do estágio profissionalizante é o momento crucial para realizar uma avaliação profunda e abrangente de todo o trabalho empreendido durante os meses de estágio. Tenho plena consciência de que uma reflexão realizada logo após o estágio teria sido mais pormenorizada, uma vez que com a distância temporal as ideias não estão tão “frescas”. Posto isto, irei elaborar uma reflexão cuidadosa sobre as tarefas executadas e os resultados alcançados ao longo desse período. Irei analisar de maneira crítica as atividades realizadas, identificar os desafios enfrentados e as soluções encontradas, bem como avaliar o impacto e a relevância do estágio em relação aos objetivos estabelecidos.

O ano de estágio foi duro. Enquanto estagiava no CDUP-UP, trabalhava em regime de *part-time* numa loja num centro comercial, o trabalho era feito por turnos rotativos, muitos deles noturnos. Para além disso, tinha também o cargo de Vice-Presidente da AEFADUEP, que me ocupava algum tempo. Dado que não me era possível, quer profissionalmente, quer pessoalmente, deixar qualquer uma das três funções, foi imprescindível fazer uma gestão minuciosa e cronometrada do meu dia-a-dia. Esta azáfama diária foi a razão pela qual a redação do relatório foi deixada para segundo plano. Mesmo durante os meses de verão permaneci a trabalhar e desta vez a *full-time*, quando tive perceção do tempo que faltava, já pouco ou nada havia a fazer. Creio que este é o ponto em que mais falhei e não fui de encontro com o objetivo estabelecido que seria entregar o relatório em setembro de 2022.

Apesar de tudo, o ano de estágio profissionalizante foi também muito produtivo e recompensador. Nas primeiras reuniões que tive no CDUP-UP, consegui perceber os princípios e dinâmicas de atuação da entidade e com a ajuda de toda a equipa a minha integração foi feita de forma fácil e simples. A princípio, e como é lógico, assumi um papel de observação para tentar aprender e reter tudo o que podia, para mais tarde, quando chegasse a minha vez, pôr os

conhecimentos aprendidos em prática. Com o decorrer do tempo essa oportunidade chegou e tentei sempre seguir os valores e princípios do CDUP-UP na minha base de atuação. Penso que só faz sentido estar numa entidade se acreditarmos nela e concordarmos com os seus fins. O CDUP-UP é uma instituição que promove o bem estar físico e mental através do desporto na U.Porto, não poderia estar mais de acordo com esta visão. Aliando este aspeto a um conjunto de pessoas excepcionais com quem tive a oportunidade de aprender e conviver, fizeram com que fosse possível sentir-me integrada na equipa desde o início do estágio.

O Curso de Defesa Pessoal para Mulheres foi o meu primeiro contacto com os eventos UPFit do CDUP-UP, desde logo considerei uma excelente ideia para tentar resolver um problema que está bem patente nos dias de hoje. A minha tarefa foi apenas de divulgação, contudo foi bastante enriquecedora no sentido em que tive de contactar com vários estudantes que olham para o desporto de maneira muito distinta. Creio que cada vez mais, o CDUP-UP se deve preocupar com este aspeto, o desporto na Academia do Porto tem de ser dos estudantes e para os estudantes. É certo e sabido que durante todo o ano letivo, o CDUP-UP, produz inúmeros eventos para a comunidade U.Porto, contudo queria deixar só a nota que é necessário um contacto mais estreito com as Associações de Estudantes, pois é através delas que o desporto pode chegar a todos. Cada unidade orgânica pensa no desporto de forma diferente, é por isso, necessário, enquanto gestores, adaptarmo-nos a isso, ao público-alvo.

Os dois CFD em que estive envolvida foram eventos que me fizeram perceber a dimensão e visibilidade que o CDUP-UP tem. Estes eventos têm sempre uma grande adesão o que mostra o bom serviço prestado ao público-alvo. Uma atividade onde o foco são as crianças, por isso é necessário planear, organizar e executar tudo para que a memória que levem dela seja positiva e duradoura. Num papel mais logístico, ganhei perceção que todos os departamentos na organização de um evento são cruciais. Se não tivesse desempenhado a minha função corretamente, certamente não punha em causa a existência dos CFD, contudo a sua execução ia ser menos eficiente e os riscos na sua coordenação aumentariam. Uma equipa “oleada” e preparada é sempre

meio caminho andado para que tudo corra da melhor forma. Do CFD do Natal para o da Páscoa senti uma melhoria nas minhas capacidades de perceção, decisão e comunicação. Com a experiência adquirida no CFD Natal e com a ajuda do supervisor local, sempre disposto a ajudar, foi mais fácil agir no CFD Páscoa. Neste último, já consegui prever alguns problemas antes deles acontecerem, a tomada de decisão foi efetuada, sem ter sempre por trás um sentimento de culpa se as coisas não corressem como desejado e a comunicação com o resto da equipa foi mais fluída. Apesar de ainda ter de aprender muito sobre a organização de Campos de Férias, houve um aspeto que sobressaiu destas experiências: não conseguimos fazer nada sozinhos, precisamos constantemente de uma equipa que “reme” toda para o mesmo lado, que esteja em sintonia e na qual possamos confiar. Foi isso que senti nos CFD em que participei. O sucesso dos eventos deve-se, em muito, à equipa de recursos humanos que os organizam e executam. Assim como a comunicação entre todos, aliás, ter de lidar e comunicar com um grupo elevado de pessoas revelou-se a maior ferramenta que o estágio me proporcionou.

O meu maior desafio e o evento que maior gosto me deu planear e executar foi o Torneio Duplas Voleibol Sentado. O supervisor deu-me muita liberdade e autonomia para o planear, ficando na retaguarda, sempre que eu necessitasse de ajuda. Para organizar um evento sólido e estruturado, apoiei-me na minha experiência anterior que obtive através da AEFADÉUP e com o auxílio do departamento de desporto adaptado do CDUP-UP.

Ter de contactar com instituições externas, perceber a gestão de instalações, criar quadros competitivos e coordenar uma equipa de recursos humanos deu-me uma boa bagagem para o futuro. Nem tudo correu bem, houve imprevistos, mas cabe ao gestor ter a plasticidade necessária para os ultrapassar. Posto isto, creio que foi um evento bastante completo no que a experiência diz respeito e sou uma pessoa com mais ferramentas para o futuro depois do mesmo.

Findado o meu estágio profissionalizante, o objetivo principal foi cumprido, dado que contactei com uma grande variedade de departamentos necessários

para a organização de um evento e tive a oportunidade de experienciar várias áreas da gestão desportiva. Os objetivos específicos também foram sendo cumpridos ao longo do estágio. Se pudesse apontar algo que gostaria de ter feito, seria ter a oportunidade de estar no planeamento dos CFD em si e durante todo o processo, visto que seria uma fonte de aprendizagem. Não consegui ter contacto nem apreender grande conhecimento sobre gestão financeira, contudo, compreendo que com a pouca experiência que tenho, não seja uma prioridade.

Foi um ano bastante desafiador, mas acredito que com menor ou maior dificuldade consegui ultrapassar os obstáculos que foram aparecendo e completar os desafios que me foram propostos. Se pudesse voltar atrás e pessoalmente conseguisse, procurava não estar ligada a tanta coisa no ano de estágio, para poder tirar maior proveito do mesmo. Ainda assim, creio que foi um ano único e completo pelas próprias circunstâncias.

Em resumo, o estágio não apenas contribuiu para o desenvolvimento de habilidades e conhecimentos, mas também representou um período de crescimento pessoal, proporcionando uma base sólida para enfrentar os desafios e as oportunidades do mercado de trabalho de forma confiante e eficaz.

Para finalizar, espero que com todo este trabalho e aprendizagem, se abram algumas portas no mundo da Gestão Desportiva. Mesmo com a excelente experiência vivida, a minha primeira escolha seria algo mais específico, ligado apenas a uma modalidade. Trabalhar numa Federação ou Associação desportiva. Não obstante, não fecho as portas a uma eventual Gestão de Eventos. É necessário encarar o futuro com esperança e otimismo, fazendo sempre com que a sorte caia para o nosso lado.



## 6. Referências Bibliográficas

- Armstrong, M. (2005). *A Handbook of Human Resource Management Practice* (9th ed.). International Students Edition. London: Kogan Page.
- Camy, J., & Robinson, L. (2007). *Managing Olympic Sport Organizations*. Champaign: Human Kinetics.
- Carvalhido, C. (2002). *Organização de eventos desportivos*. Universidade do Porto: Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física. Relatório de Estágio apresentado à Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade do Porto.
- CHELLADURAI, P. (1994). Sport management: defining the field. *European Journal for Sport Management*, v.1, p.7-21.
- Colaço, C. P., & Fleck, L. A. (2009). Estratégias do desporto universitário: um estudo de caso sobre o desporto em universidades portuguesas. *Strategies of college sports: a case study about sports in Portuguese colleges*. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, 9, 68-75.
- Constantino, J. M. (2006). *Desporto: geometria a equívocos*. Lisboa: Livros Horizonte.
- Correia, A., Ferrand, A., Monteiro, E., Barreau, G., Madail, G., Mata, J., Valério, R., & Serra, S. (2001). *Seminário internacional de gestão de eventos desportivos*. Lisboa: Centro de estudos e formação desportiva.
- FADU. (s.d.). *FADU - História*. Obtido em 23 de julho de 2023, de FADU - Federação Académica de Desporto Universitário: <https://www.fadu.pt/institucional/info/historia>
- FISU. (s.d.). *Sobre a FISU*. Obtido em 23 de julho de 2023, de FISU - International University Sports Federation: <https://www.fisu.net/fisu/about-fisu>
- Gallien, C. (2001). *University Sports and Sports Ethics. Unity, Friendship and Progress of Humanity Sport. XXI FISU Conference*.

- Giacaglia, M. (2006). *Organização de Eventos – Teoria e Prática* (3ªed.). São Paulo: Thomson Learning.
- Isidoro, A. M., Simões, M. M., Saldanha, S. D., & Caetano, J. (2014). Manual de organização e gestão de eventos (1ª ed.). Lisboa: Edições Sílabo, Lda.
- Kay, P. (1997). *O Desporto no Ensino Superior em Portugal. O Desporto em Portugal – Opções e Estratégias de Desenvolvimento, II Congresso de Gestão do Desporto*. Lisboa.
- Lopes, J. (2017). Manual de curso de treinadores de desporto - Gestão do Desporto. (I. INSTITUTO PORTUGUÊS DO DESPORTO E JUVENTUDE, Ed.) Lisboa. Obtido de [https://ipdj.gov.pt/documents/20123/123573/Graull\\_07\\_Gestao.pdf/a181d1d8-dad7-e569-bfeb-37897a6caa2a?t=1574941944198](https://ipdj.gov.pt/documents/20123/123573/Graull_07_Gestao.pdf/a181d1d8-dad7-e569-bfeb-37897a6caa2a?t=1574941944198)
- Lopes, J. S., & Pires, G. V. (janeiro de 2001). Conceito de Gestão do Desporto. Novos Desafios, diferentes soluções. *Revista Portuguesa de Ciências de Desporto*, 88-103. doi:10.5628/rpcd.01.01.88
- MASTERALEXIS, L.P.; BARR, C.A.; HUMS, M.A. (2009). *Principles and practice of sport management*. (3rd ed.). Sudbury: Jones & Bartlett.
- Parent, M. M., & Chappelet, J. L. (2015). *ROUTLEDGE HANDBOOK OF SPORTS*. Londres e Nova Iorque: Routledge, Taylor & Francis Group.
- Pires, G. (2005). *Gestão do Desporto: Desenvolvimento Organizacional* (2ª ed.). APOGESD.
- Poit. D. (2006). *Organização de Eventos Esportivos* (4ª Ed.): São Paulo: Phorte Editora.
- Rios, S. M. D. G. (2015). Gestão do Desporto Universitário. Relatório de estágio profissionalizante no Centro de Desporto da Universidade do Porto: S. M. D. G. Rios. Relatório de Estágio Profissionalizante para a obtenção do grau de Mestre em Gestão Desportiva, apresentado à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.
- Rocha, C. M. & Bastos, F. C. (2011). Gestão do esporte: definindo a área. *Revista Brasileira De Educação Física E Esporte*, 25(spe), 91-103.

- Sachetti, J. (2009). Gestão de eventos: crise ou oportunidade?. *Comunicação apresentada no X Congresso APOGESD, Covilhã.*
- Santos, António J. (2008). *Gestão Estratégica: Conceitos, Modelos e Instrumentos*, Lisboa: Escolar Editora
- Sarmiento, J. P. (2002). Gestão de eventos: crise ou oportunidade?. *Comunicação apresentada no X Congresso APOGESD, Covilhã.*
- Sarmiento, J., Pinto, A., Alberto Figueiredo da Silva, C., & Augusto Mulatinho de Queiroz Pedroso, C. (2011). O EVENTO DESPORTIVO: ETAPAS, FASES E OPERAÇÕES. *Revista Intercontinental de Gestão Desportiva*, 1(2)., pp.78-96.



## Anexos

### Anexo I – Cartaz Cursos Defesa Pessoal Mulheres

**CURSOS  
DEFESA  
PESSOAL  
MULHERES**

**WE ARE  
UPFIT!**

**INÍCIO  
22 NOV.**  
/Start date: November 22<sup>nd</sup>

*/Self-defense Courses for Women*

**INSCRIÇÕES ATÉ 17 NOV.**  
*/Registrations until Nov. 17<sup>th</sup>*

**Inscrições online e nos balcões do CDUP-UP**  
*/Online registration and at CDUP-UP desks*

**Membros Programa  
UPFIT - €22,00**  
*/UPFit Members - €22,00*

**Externos - €28,00**  
*/External - €28,00*

**Local: instalações do CDUP-UP** /At CDUP-UP facilities

**CDUP.UP.PT**

**U. PORTO** **U.** CENTRO DE DESPORTO  
UNIVERSIDADE DO PORTO

## Anexo II – Documentos CNU Badminton Equipas

### Evento 03 CNU Badminton Equipas - misto

2022 | 2023

Organização



**fadu**  
portugal  
badminton

**U. PORTO**

**U.** CENTRO  
DE DESPORTO  
UNIVERSIDADE  
DO PORTO

INFO atualizada a 16-11-2022

#### 1 Cronograma

	Local	Instalações	Data
<b>CNU</b>	Porto	Estádio Universitário do Porto	22 e 23 de novembro 2022

Tipo (R.P.O.-3.09.02)	Oficiais (delegados, treinadores, etc)		Inscrição no evento
	Data limite	Custo	
1	14/11/2022	5,00 €	
2	18/11/2022	15,00 €	
3	23/11/2022	25,00 €	

Tipo (R.P.O.-3.09.02)	Equipa		Atletas		Inscrição por prova
	Data limite	Custo	Data limite	Custo	
1	14/11/2022	50,00 €	14/11/2022	0,00 €	
2	18/11/2022	150,00 €	18/11/2022	20,00 €	

Depois de terminado o 1º prazo (tipo 1), as inscrições do tipo 2 estão sujeitas a aprovação por parte da FADU. Devem os clubes confirmar se participação dos seus agentes foi autorizada. (RPO artigo 3.09.02)

#### 2 Informações úteis

##### 2.1 Alimentação, Alojamento e contactos C.O.

Informações relativas a alimentação, alojamento, bem como os contactos das Comissões Organizadoras podem ser encontrados no Portal FADU no respetivo evento e são da responsabilidade destas.

##### 2.2 Localização

A localização das instalações desportivas dos eventos, podem igualmente ser encontradas no Portal FADU no respetivo evento.

##### 2.3 Horários

Acreditação	08h45 - 09h15
Início da Prova	09h30
Final Prova (previsão)	18h00 (2º dia)

participação  
participação



participação  
participação



participação  
participação



participação  
participação



### 2.3.1 Calendarização da competição

A competição está calendarizada para 2 dias, no entanto, dependendo do número de equipas inscritas, poderá terminar no decorrer do 1º dia.

### 2.4 Composição das equipas

Não existe nº limite de equipas inscritas por Clube.

Constituídas por 4 a 6 atletas do mesmo Clube, com o mínimo de 2 homens e 2 mulheres.

### 2.5 Competição

Cada encontro é constituído por um jogo de par feminino, par masculino, singular feminino, singular masculino, par misto, por esta ordem.

Vence a equipa que consiga três vitórias nos 5 jogos.

Em encontros a eliminar, o 4º e 5ºs jogos do encontro apenas se realizam se necessário.

## 3 Equipas Inscritas

### 3.1 Misto

<b>AAC</b>	Associação Académica de Coimbra
<b>AAC 2</b>	Associação Académica de Coimbra
<b>AAC 3</b>	Associação Académica de Coimbra
<b>AAUAv</b>	Associação Académica da Universidade de Aveiro
<b>AAUAv 2</b>	Associação Académica da Universidade de Aveiro
<b>AAUMinho</b>	Associação Académica da Universidade do Minho
<b>NOVA</b>	Universidade NOVA de Lisboa
<b>P.PORTO</b>	Instituto Politécnico do Porto
<b>U.Porto</b>	Universidade do Porto
<b>U.Porto 2</b>	Universidade do Porto

### 3.2 Constituição das equipas, rankings e cabeças de série

ID FADU	Atletas	EQUIPA	Pnts Rank			sorteio (*)
			Atleta	Equipa	Pos.	
22223	João Chang	NOVA	100	95,00	1	1
13116	Mariana Chang		100			
22138	Mariana Afonso		100			
20551	Tomás Correia		80			
24425	Rodrigo Dias		50			
22188	Rita Fernandes		50			
18603	Catarina Martins	U.Porto	45	45,00	2	2
1006	Guilherme Insua Pereira		45			
24455	Mariana Neves		45			
14870	Mariana Pinto Leite		45			
24478	Pedro Campos		45			
27915	João Martinho		0			
21145	Ana Silva	AAUAv 2	50	25,00	3	3
9375	Daniela Seco		50			
27354	Fábio Yu Chen		0			
27922	Gabriel Ribeiro		0			
28142	Simão Pires		0			

### 2.3.1 Calendarização da competição

A competição está calendarizada para 2 dias, no entanto, dependendo do número de equipas inscritas, poderá terminar no decorrer do 1º dia.

### 2.4 Composição das equipas

Não existe nº limite de equipas inscritas por Clube.

Constituídas por 4 a 6 atletas do mesmo Clube, com o mínimo de 2 homens e 2 mulheres.

### 2.5 Competição

Cada encontro é constituído por um jogo de par feminino, par masculino, singular feminino, singular masculino, par misto, por esta ordem.

Vence a equipa que consiga três vitórias nos 5 jogos.

Em encontros a eliminar, o 4º e 5ºs jogos do encontro apenas se realizam se necessário.

## 3 Equipas Inscritas

### 3.1 Misto

<b>AAC</b>	Associação Académica de Coimbra
<b>AAC 2</b>	Associação Académica de Coimbra
<b>AAC 3</b>	Associação Académica de Coimbra
<b>AAUAv</b>	Associação Académica da Universidade de Aveiro
<b>AAUAv 2</b>	Associação Académica da Universidade de Aveiro
<b>AAUMinho</b>	Associação Académica da Universidade do Minho
<b>NOVA</b>	Universidade NOVA de Lisboa
<b>P.PORTO</b>	Instituto Politécnico do Porto
<b>U.Porto</b>	Universidade do Porto
<b>U.Porto 2</b>	Universidade do Porto

### 3.2 Constituição das equipas, rankings e cabeças de série

ID FADU	Atletas	EQUIPA	Pnts Rank			sorteio (*)
			Atleta	Equipa	Pos.	
22223	João Chang	NOVA	100	95,00	1	1
13116	Mariana Chang		100			
22138	Mariana Afonso		100			
20551	Tomás Correia		80			
24425	Rodrigo Dias		50			
22188	Rita Fernandes		50			
18603	Catarina Martins	U.Porto	45	45,00	2	2
1006	Guilherme Insua Pereira		45			
24455	Mariana Neves		45			
14870	Mariana Pinto Leite		45			
24478	Pedro Campos		45			
27915	João Martinho		0			
21145	Ana Silva	AAUAv 2	50	25,00	3	3
9375	Daniela Seco		50			
27354	Fábio Yu Chen		0			
27922	Gabriel Ribeiro		0			
28142	Simão Pires		0			

## 6 Classificações Finais

	Posicao	Equipa	Medalha	Pontuação	
				TUC	RANK*
Misto	1	NOVA	Ouro	59,00	50,00
	2	AAC	Prata	55,00	45,00
	3	U.Porto	Bronze	51,00	40,00
	4	AAUMinho		46,00	35,00
	5	AAC 2		25,50	30,00
	5	AAUAv		25,50	30,00
	5	AAUAv 2		25,50	30,00
	5	P.PORTO		25,50	30,00
	9	AAC 3		0,00	16,00
	9	U.Porto 2		0,00	16,00

\* Pontuação a atribuir individualmente a cada atleta acreditado no evento

## 7 Troféu Universitário de Clubes e Medalheiro

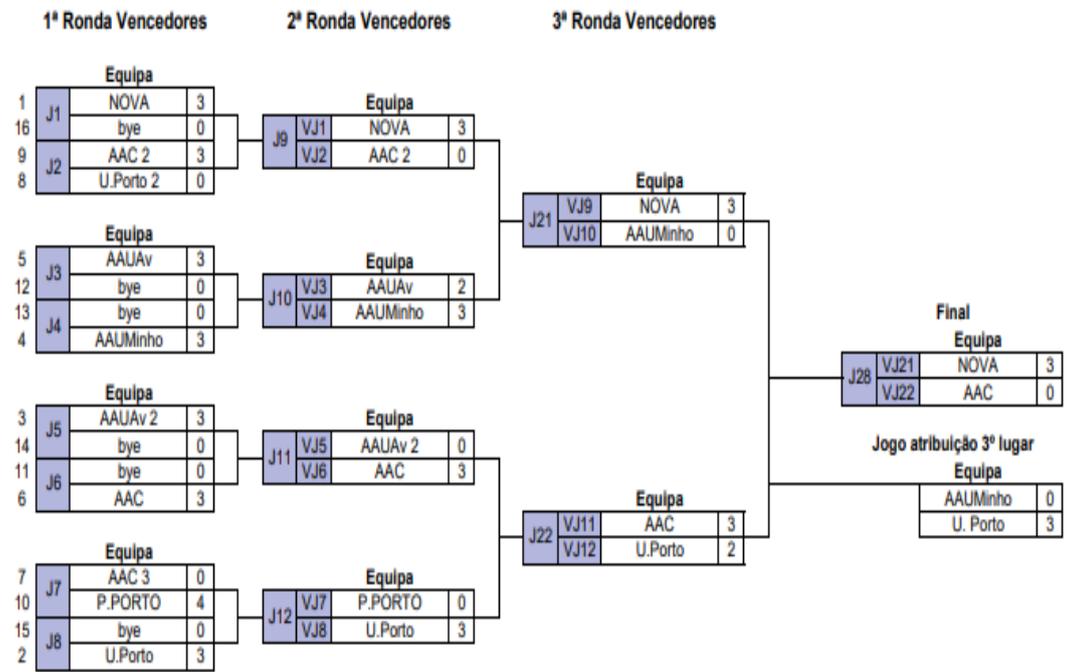
A pontuação acumulada do TUC e do Medalheiro está disponível para consulta no Portal FADU

Apresenta-se de seguida a lista de pontos TUC e de Medalhas atribuídos a cada clube neste Evento.

TUC	
Clube	Pontuação evento
AAC	80,50
NOVA	59,00
AAUAv	51,00
U.Porto	51,00
AAUMinho	46,00
P.PORTO	25,50

Clube	Medalheiro			Total
	Ouro	Prata	Bronze	
NOVA	1	0	0	1
AAC	0	1	0	1
U.Porto	0	0	1	1

**RAMO DE VENCEDORES**



## Anexo III – Documentos CNU Ténis de Mesa Equipas

**Evento 04**  
**CNU Ténis de Mesa Equipas - feminino e masculino**

2022 | 2023

Organização







**INFO atualizada a 19-11-2022**

### 1 Cronograma

	Local	Instalações	Data
<b>CNU</b>	Porto	Estádio Universitário do Porto	23 de novembro 2022

Tipo (R.P.O.-3.09.02)	Oficiais (delegados, treinadores, etc)		Inscrição no evento
	Data limite	Custo	
1	14/11/2022	5,00 €	
2	21/11/2022	15,00 €	
3	24/11/2022	25,00 €	

Tipo (R.P.O.-3.09.02)	Equipa		Atletas		Inscrição por prova
	Data limite	Custo	Data limite	Custo	
1	14/11/2022	50,00 €	14/11/2022	0,00 €	
2	21/11/2022	150,00 €	21/11/2022	20,00 €	

Depois de terminado o 1º prazo (tipo 1), as inscrições do tipo 2 estão sujeitas a aprovação por parte da FADU. Devem os clubes confirmar se participação dos seus agentes foi autorizada. (RPO artigo 3.09.02)

### 2 Informações úteis

#### 2.1 Alimentação, Alojamento e contactos C.O.

Informações relativas a alimentação, alojamento, bem como os contactos das Comissões Organizadoras podem ser encontrados no Portal FADU no respetivo evento e são da responsabilidade destas.

#### 2.2 Localização

A localização das instalações desportivas dos eventos, podem igualmente ser encontradas no Portal FADU no respetivo evento.



### 2.3 Horários

Acreditação	09h00 - 10h00
Início da Prova	10h00
Final Prova (previsão)	18h00

#### 2.3.1 Calendarização da competição

A competição está calendarizada para 2 dias, no entanto, dependendo do número de equipas inscritas, poderá terminar no decorrer do 1º dia.

### 2.4 Composição das equipas

Não existe nº limite de equipas inscritas por Clube.

Constituídas por 3 a 5 atletas do mesmo Clube.

### 2.5 Competição

Jogos à melhor de 3 sets, podendo ser à melhor de 5 por decisão do delegado da FADU, se as condições logísticas e nº de participantes o permitirem.

## 3 Equipas Inscritas

### 3.1 Feminino

<b>AAUAv</b>	Associação Académica da Universidade de Aveiro
<b>U.Porto</b>	Universidade do Porto

### 3.2 Masculino

<b>AAUAv</b>	Associação Académica da Universidade de Aveiro
<b>AEIST</b>	Associação dos Estudantes do Instituto Superior Técnico
<b>IPTomar</b>	Instituto Politécnico de Tomar
<b>U.Porto</b>	Universidade do Porto

### 3.3 Constituição das equipas, rankings e cabeças de série - Feminino

Ténis de Mesa Equipas			Pnts Rank		
IDFADU	Atletas	Equipa	Atleta	Equipa	Pos.
10651	Marqarida Matos	U.Porto	50	31,67	1
24482	Maria Matos		45		
13069	Rita Santos		0		
24668	Joana Lopes		0		
27363	Flávia Neto	AAUAv	0	0	s/r
21181	Inês Aires	0			
27345	Laura Almeida	0			

### 3.4 Constituição das equipas, rankings e cabeças de série - Masculino

Ténis de Mesa Equipas			Pnts Rank			sorteio (*)
IDFADU	Atletas	Equipa	Atleta	Equipa	Pos.	
24508	José Magalhães	U.Porto	50	33,33	1	1
24483	Pedro Moreira		50			
27386	Gonçalo Gomes		0			
21074	Idílio Freitas	IPTomar	40	26,67	2	2
21135	Miguel Pereira		40			
10326	Filipe Guia		0			
27979	Daniel Berbigão	AAUAv	0	0	s/r	4*
18535	Marco Silva		0			
28117	André Batel		0			
27960	Pedro Vaz		0			
28281	André Carreiras	AEIST	0	0	s/r	3*
27311	Bruno Pires		0			
16975	Eduardo Gomes		0			
27316	Rafael Sardinha		0			
28299	Duarte Costa		0			

\*\* 16.01.08 Os participantes inscritos depois de terminado o 1º prazo de inscrição e cuja inscrição seja validada/autorizada pela FADU, serão considerados sem Ranking.

## 4 Calendário de Jogos e Resultados

### 4.1 Feminino

Grupo Único - 2 voltas			Resultados							
Jogo	Equipa A	Equipa B	Encontro		S1		S2		P	
1	U.Porto	AAUAv	3	0	3	0	3	0	3	1
2	AAUAv	U.Porto	0	3	0	3	0	3	1	3

Classificação							
Class	Equipa	V	D	Jg	Jp	Dif	Pnt
1º	U.Porto	2	0	9	1	8	4
2º	AAUAv	0	2	1	9	-8	2

### 4.2 Masculino

Grupo Único			Resultados							
Jogo	Equipa A	Equipa B	Encontro		S1		S2		P	
1	AAUAv	U.Porto	1	2	0	3	0	3	3	0
2	AEIST	IPTomar	3	0	3	0	3	0	3	1
3	AEIST	U.Porto	0	3	1	3	0	3	2	3
4	IPTomar	AAUAv	2	1	3	0	0	3	3	2
5	AAUAv	AEIST	0	3	0	3	2	3	0	3
6	U.Porto	IPTomar	3	0	3	1	3	0	3	1

Classificação							
Class	Equipa	V	D	Jg	Jp	Dif	Pnt
1º	U.Porto	3	0	24	8	16	6
2º	AEIST	2	1	21	12	9	5
3º	IPTomar	1	2	9	23	-14	4
4º	AAUAv	0	3	10	21	-11	3

## 5 Apuramento para o Campeonato Europeu Universitário 2023

As informações sobre o apuramento e respetiva ordem de equipas para o Campeonato Europeu Universitário 2023 serão divulgadas oportunamente.

Para eventuais dúvidas ou esclarecimentos devem contactar o e-mail: [internacional@fadu.pt](mailto:internacional@fadu.pt)

## 6 Classificações Finais

Classificação Feminina			Pontuação	
Posicao	Equipa	Medalha	TUC**	RANK*
1	U.Porto	Ouro	0,00	50,00
2	AAUAv	Prata	0,00	45,00

\* Pontuação a atribuir individualmente a cada atleta acreditado no evento

\*\* De acordo com o ponto 2.01.05 do RPO, não será atribuída pontuação TUC

Classificação Masculina			Pontuação	
Posicao	Equipa	Medalha	TUC**	RANK*
1	U.Porto	Ouro	0,00	50,00
2	AEIST	Prata	0,00	45,00
3	IPTomar	Bronze	0,00	40,00
4	AAUAv		0,00	35,00

\* Pontuação a atribuir individualmente a cada atleta acreditado no evento

\*\* De acordo com o ponto 2.01.05 do RPO, não será atribuída pontuação TUC

## 7 Troféu Universitário de Clubes e Medalheiro

A pontuação acumulada do TUC e do Medalheiro está disponível para consulta no Portal FADU

Apresenta-se de seguida a lista de pontos TUC e de Medalhas atribuídos a cada clube neste Evento.

TUC	
Clube	Pontuação evento
• Não foram atribuídos pontos TUC	

Medalheiro				
Clube	Ouro	Prata	Bronze	Total
U.Porto	2	0	0	2
AAUAv	0	1	0	1
AEIST	0	1	0	1
IPTomar	0	0	1	1



## Anexo IV – Cartaz Campo de Férias Desportivas Natal 2021

**CAMP**  
**DE FÉRIAS**  
**DESPORTIVAS**  
**U.PORTO**  
**NATAL 2021**

**6 aos 14 anos**  
Semana 1 – 20 a 23 de dezembro  
Semana 2 – 27 a 30 de dezembro

**Local**  
Estádio Universitário

**MAIS INFO.**  
220 408 657 | camposdeferias@cdup.up.pt

**Inscrições até**  
**14 de dezembro**

**U.PORTO** **U.** CENTRO DE ESTUDOS UNIVERSITÁRIOS DO PORTO

[www.cdup.up.pt](http://www.cdup.up.pt)  
📧 📱 📺 📷 /desportou.porto

## Anexo V – Ementa CFD Natal 202

<h1>EMENTA</h1>			
<h2>CAMPUS DE FÉRIAS DESPORTIVAS U.PORTO</h2>			
<h3>NATAL 2021 - Semana 1</h3>			
	Reforço Matinal	Almoço	Lanche
Dia 1	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; 1 Pacote bolachas água e sal.</li> <li>&gt; 1 Peça de fruta.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Creme de legumes.</li> <li>&gt; Massa de atum e milho.</li> <li>&gt; Peça de fruta.</li> <li>&gt; Água.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; 1 Leite simples/sabor.</li> <li>&gt; 1 Pão com queijo/fiambre.</li> </ul>
Dia 2	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; 1 Pacote bolachas Cracker.</li> <li>&gt; 1 Peça de fruta.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Creme de legumes.</li> <li>&gt; Arroz de cenoura com bifinhos de peru.</li> <li>&gt; Peça de fruta.</li> <li>&gt; Água.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; 1 Iogurte líquido.</li> <li>&gt; 1 Pão com marmelada/manteiga de amendoim.</li> </ul>
Dia 3	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; 1 Iogurte líquido.</li> <li>&gt; 1 Peça de fruta.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Creme de legumes.</li> <li>&gt; Hambúrguer com alface e tomate.</li> <li>&gt; Gelatina.</li> <li>&gt; Água.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; 1 Leite simples/sabor.</li> <li>&gt; 1 Pão com queijo/fiambre.</li> </ul>
Dia 4	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; 1 Pacote bolachas Maria.</li> <li>&gt; 1 Leite simples/sabor.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Creme de legumes.</li> <li>&gt; Massa com salmão e brócolos.</li> <li>&gt; Peça de fruta.</li> <li>&gt; Água.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; 1 Sumo de polpa.</li> <li>&gt; 1 Pão com queijo/fiambre.</li> </ul>

## Anexo VI – Ementa Vegetariana CFD Natal 2021

<h1>EMENTA</h1>		VEGETARIANA	
<h2>CAMPUS DE FÉRIAS DESPORTIVAS U.PORTO</h2> <p>NATAL 2021 - Semana 1</p>		  	
	Reforço Matinal	Almoço	Lanche
Dia 1	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; 1 Pacote bolachas água e sal.</li> <li>&gt; 1 Peça de fruta.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Creme de legumes.</li> <li>&gt; Massa com salsichas de tofu e milho.</li> <li>&gt; Peça de fruta.</li> <li>&gt; Água.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; 1 bebida vegetal (soja/aveia/coco/baunilha).</li> <li>&gt; 1 Pão com queijo vegan.</li> </ul>
Dia 2	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; 1 Pacote bolachas Crocker.</li> <li>&gt; 1 Peça de fruta.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Creme de legumes.</li> <li>&gt; Arroz de cenoura com seitan grelhado.</li> <li>&gt; Peça de fruta.</li> <li>&gt; Água.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; 1 bebida vegetal (soja/aveia/coco/baunilha).</li> <li>&gt; 1 Pão com doce de morango/manteiga de amendoim.</li> </ul>
Dia 3	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; 1 bebida vegetal (soja/aveia/coco/baunilha).</li> <li>&gt; 1 Peça de fruta.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Creme de legumes.</li> <li>&gt; Hambúguer vegan com arroz e legumes salteados.</li> <li>&gt; Peça de fruta.</li> <li>&gt; Água.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; 1 bebida vegetal (soja/aveia/coco/baunilha).</li> <li>&gt; 1 Pão com queijo vegan.</li> </ul>
Dia 4	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; 1 Pacote bolachas Maria.</li> <li>&gt; 1 bebida vegetal (soja/aveia/coco/baunilha).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Creme de legumes.</li> <li>&gt; Arroz de cogumelos com grão e legumes salteados.</li> <li>&gt; Gelatina.</li> <li>&gt; Água.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; 1 Sumo de polpa.</li> <li>&gt; 1 Pão com queijo vegan.</li> </ul>



## Anexo VIII – Cartaz Torneio Duplas Voleibol Sentado

**TORNEIO  
DUPLAS  
VOLEIBOL  
SENTADO**

**30 MAR.  
2022**

**HORÁRIO**  
**4ª feira**  
**18h30 às 21h00**

**LOCAL**  
**Pavilhão Desportivo**  
**Luis Falcão**

**Torneio de Duplas Voleibol Sentado**  
**Demonstração de Andebol em cadeira de rodas**

*Parceria da AEFADUEP e CDUP-UP.*

**CDUP.UP.PT**  
[www.fvovoleibol.pt/paravolei](http://www.fvovoleibol.pt/paravolei)

**U.PORTO**

**U** CENTRO DE DESPORTO  
UNIVERSIDADE  
DO PORTO

## Anexo IX - Quadro competitivo Torneio Duplas Voleibol Sentado

### Grupo A

### Grupo B

Carlos Coelho / Ana Espingardeiro	Joana Silva / Maria Mendes
Inês Magalhães / Maria Barbosa	Iara Vieira / Jéssica Coelho
Sara Coelho / Herlander	Miguel Amaro / João Leite

### Fase de Grupos:

Jogo 1 GA	Carlos Coelho / Ana Espingardeiro			Inês Magalhães / Maria Barbosa

Jogo 2 GB	Joana Silva / Maria Mendes			Iara Vieira / Jéssica Coelho

Jogo 3 GA	Carlos Coelho / Ana Espingardeiro			Sara Coelho / Herlander

Jogo 4 GB	Joana Silva / Maria Mendes			Miguel Amaro / João Leite

Jogo 5 GA	Inês Magalhães / Maria Barbosa			Sara Coelho / Herlander

Jogo 6 GB	Iara Vieira / Jéssica Coelho			Miguel Amaro / João Leite

### Classificações Fase de Grupos:

<b>Grupo A</b>				
	PM	PS	Df	PTS
<b>Carlos Coelho / Ana Espingardeiro</b>				
<b>Inês Magalhães / Maria Barbosa</b>				
<b>Sara Coelho / Herlander</b>				

<b>Grupo B</b>				
	PM	PS	DP	PTS
<b>Joana Silva / Maria Mendes</b>				
<b>Iara Vieira / Jéssica Coelho</b>				
<b>Miguel Amaro / João Leite</b>				

Legenda:

**PM** – Pontos marcados

**PS** – Pontos Sofridos

**DP** – Diferença Pontual

**PTS** – Número de Pontos

- Vitória – 3 pontos
- Derrota – 1 ponto

### Fase a eliminar:

Jogo 7 Meia- Final	1ºA			2ºB

Jogo 8 Meia- Final	1ºB			2ºA

Jogo 9	3ºA			3ºB

Jogo 10 3º e 4º lugar	Derrotado Jogo 7			Derrotado Jogo 8

Jogo 11 Final	Vencedor Jogo 7			Vencedor Jogo 8

### Classificação Final:

1º Lugar	
2º Lugar	
3º Lugar	

## Anexo X - Cartaz Campo de Férias Desportivo Páscoa 2022

**CAMP  
DE FÉRIAS  
DESPORTIVAS  
U.PORTO  
PÁSCOA 2022**

**6 aos 14 anos**  
11 – 14 DE ABRIL

**Local**  
Estádio Universitário e  
Faculdade de Desporto

**Atividades**  
Atividades Aquáticas,  
Trampolins, Escalada, Aikido,  
e muito mais

**Inscrições até**  
**5 Abril**

**A partir de 110 €**  
10% desconto para irmãos,  
inscritos no programa UPFit  
kids. Com unidade U.Porto.

**MAIS INFO:**  
220408 667  
camposdeferias@cdup.up.pt

**U.PORTO** **U.** CENTRO DE DESENVOLVIMENTO DESPORTIVO  
[www.cdup.up.pt](http://www.cdup.up.pt)  
#esportou.porto

# Anexo XI – Plano atividades CFD Páscoa 2022

<p style="text-align: center;"><b>CAMP DE FÉRIAS DESPORTIVAS</b> <b>U.PORTO PÁSCOA 2022</b></p> <p style="text-align: right;">Programa Semana ativa 11 a 14 de abril</p> <p style="text-align: right;"></p>									
Grupo 1	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Grupo 2	Segunda	Terça	Quarta	Quinta
Localização	Estádio Universitário	Estádio Universitário	Faculdade de Desporto (FACEUP)	Estádio Universitário	Localização	Estádio Universitário	Estádio Universitário	Faculdade de Desporto (FACEUP)	Estádio Universitário
9.00 - 9.30	Higieneção e Acreditação	Higieneção e Acreditação	Higieneção e Acreditação	Higieneção e Acreditação	9.00 - 9.30	Higieneção e Acreditação	Higieneção e Acreditação	Higieneção e Acreditação	Higieneção e Acreditação
9.30 - 11.00	Voleibol Sentado	Tag Rugby	Atividades Aquáticas	Copa aos Ovos	9.30 - 10.00	Dodgeball	Floorball	Escalada	Tênis
11.00 - 11.15	Reforço Matinal	Reforço Matinal	Reforço Matinal	Reforço Matinal	10.00 - 11.00			Dinâmicas de Grupo	
11.15 - 11.45	Tênis	Dodgeball	Escalada	Andebol	11.00 - 11.15	Reforço Matinal	Reforço Matinal	Reforço Matinal	Reforço Matinal
11.45 - 12.45			Dinâmicas de Grupo		11.15 - 12.45	Voleibol sentado	Tag Rugby	Atividades Aquáticas	Copa aos Ovos
12.45 - 13.45	Almoço Volante	Almoço Volante	Almoço Volante	Almoço Volante	12.45 - 13.45	Almoço Volante	Almoço Volante	Almoço Volante	Almoço Volante
13.45 - 14.30	Sesta Ativa	Sesta Ativa	Sesta Ativa	Sesta Ativa	13.45 - 14.30	Sesta Ativa	Sesta Ativa	Sesta Ativa	Sesta Ativa
14.30 - 16.00	Tiro com Arco	Egrimo Medieval	Aikido	Basebol	14.30 - 16.30	Goalball	Futebol	Ginástica/Trampolins	Andebol
16.00 - 16.15	Lanche	Lanche	Lanche	Lanche	16.00 - 16.15	Lanche	Lanche	Lanche	Lanche
16.15 - 17.30	Floorball	Goalball	Ginástica/Trampolins	Futebol	16.15 - 17.30	Tiro com Arco	Egrimo Medieval	Aikido	Basebol
17.30 - 18.00	Regresso	Regresso	Regresso	Regresso	17.30 - 18.00	Regresso	Regresso	Regresso	Regresso
18.00 - 18.30	Prolongamento	Prolongamento	Prolongamento	Prolongamento	18.00 - 18.30	Prolongamento	Prolongamento	Prolongamento	Prolongamento
Grupo 3	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Grupo 4	Segunda	Terça	Quarta	Quinta
Localização	Estádio Universitário	Estádio Universitário	Faculdade de Desporto (FACEUP)	Estádio Universitário	Localização	Estádio Universitário	Estádio Universitário	Faculdade de Desporto (FACEUP)	Estádio Universitário
9.00 - 9.30	Higieneção e Acreditação	Higieneção e Acreditação	Higieneção e Acreditação	Higieneção e Acreditação	9.00 - 9.30	Higieneção e Acreditação	Higieneção e Acreditação	Higieneção e Acreditação	Higieneção e Acreditação
9.30 - 11.00	Tag Rugby	Tiro com Arco	Ginástica/Trampolins	Egrimo Medieval	9.30 - 11.00	Floorball	Tênis	Ginástica/Trampolins	Futebol
11.00 - 11.15	Reforço Matinal	Reforço Matinal	Reforço Matinal	Reforço Matinal	11.00 - 11.15	Reforço Matinal	Reforço Matinal	Reforço Matinal	Reforço Matinal
11.15 - 12.45	Dodgeball	Floorball	Aikido	Tênis	11.15 - 12.45	Tag Rugby	Tiro com Arco	Aikido	Egrimo Medieval
12.45 - 13.45	Almoço Volante	Almoço Volante	Almoço Volante	Almoço Volante	12.45 - 13.45	Almoço Volante	Almoço Volante	Almoço Volante	Almoço Volante
13.45 - 14.30	Sesta Ativa	Sesta Ativa	Sesta Ativa	Sesta Ativa	13.45 - 14.30	Sesta Ativa	Sesta Ativa	Sesta Ativa	Sesta Ativa
14.30 - 15.15			Escalada	Copa aos Ovos	14.30 - 15.15			Dinâmicas de Grupo	Goalball
15.15 - 16.00	Voleibol Sentado	Basebol	Dinâmicas de Grupo		15.15 - 16.00	Dodgeball	Andebol	Escalada	
15.45 - 17.15			Atividades Aquáticas		15.45 - 17.15			Atividades Aquáticas	
16.00 - 16.15	Lanche	Lanche		Lanche	16.00 - 16.15	Lanche	Lanche		Lanche
16.15 - 17.30	Goalball	Futebol	Lanche	Andebol	16.15 - 17.30	Voleibol Sentado	Basebol	Lanche	Copa aos Ovos
17.30 - 18.00	Regresso	Regresso	Regresso	Regresso	17.30 - 18.00	Regresso	Regresso	Regresso	Regresso
18.00 - 18.30	Prolongamento	Prolongamento	Prolongamento	Prolongamento	18.00 - 18.30	Prolongamento	Prolongamento	Prolongamento	Prolongamento
Grupo 5	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Grupo 6	Segunda	Terça	Quarta	Quinta
Localização	Estádio Universitário	Estádio Universitário	Faculdade de Desporto (FACEUP)	Estádio Universitário	Localização	Estádio Universitário	Estádio Universitário	Faculdade de Desporto (FACEUP)	Estádio Universitário
9.00 - 9.30	Higieneção e Acreditação	Higieneção e Acreditação	Higieneção e Acreditação	Higieneção e Acreditação	9.00 - 9.30	Higieneção e Acreditação	Higieneção e Acreditação	Higieneção e Acreditação	Higieneção e Acreditação
9.30 - 10.00		Voleibol Sentado	Dinâmicas de Grupo	Basebol	9.30 - 11.00	Tênis	Dodgeball	Atividades Aquáticas	Andebol
10.00 - 11.00	Tiro com Arco		Escalada		11.00 - 11.15	Reforço Matinal	Reforço Matinal	Reforço Matinal	Reforço Matinal
11.00 - 11.15	Reforço Matinal	Reforço Matinal	Reforço Matinal	Reforço Matinal	11.15 - 11.45		Voleibol Sentado	Dinâmicas de grupo	Basebol
11.15 - 12.45	Floorball	Tênis	Atividades Aquáticas	Futebol	11.45 - 12.45			Escalada	
12.45 - 13.45	Almoço Volante	Almoço Volante	Almoço Volante	Almoço Volante	12.45 - 13.45	Almoço Volante	Almoço Volante	Almoço Volante	Almoço Volante
13.45 - 14.30	Sesta Ativa	Sesta Ativa	Sesta Ativa	Sesta Ativa	13.45 - 14.30	Sesta Ativa	Sesta Ativa	Sesta Ativa	Sesta Ativa
14.30 - 16.00	Tag Rugby	Copa aos Ovos	Ginástica/Trampolins	Egrimo Medieval	14.30 - 16.00	Floorball	Goalball	Aikido	Futebol
16.00 - 16.15	Lanche	Lanche	Lanche	Lanche	16.00 - 16.15	Lanche	Lanche	Lanche	Lanche
16.15 - 17.30	Dodgeball	Andebol	Aikido	Goalball	16.15 - 17.30	Tag Rugby	Copa aos Ovos	Ginástica/Trampolins	Egrimo Medieval
17.30 - 18.00	Regresso	Regresso	Regresso	Regresso	17.30 - 18.00	Regresso	Regresso	Regresso	Regresso
18.00 - 18.30	Prolongamento	Prolongamento	Prolongamento	Prolongamento	18.00 - 18.30	Prolongamento	Prolongamento	Prolongamento	Prolongamento

Anexo XII – Cartaz *Active Week* CDUP-UP (Caminha e Corrida Solidária)

U.PORTO



2—9 ABRIL



2 ABRIL | 10H00  
**UPRUNNING PELO AUTISMO**  
CAMINHADA E CORRIDA  
— PARTIDA NO ESTÁDIO UNIVERSITÁRIO

3 ABRIL | 10H30  
**TAI CHI**  
— CÍRCULO UNIVERSITÁRIO

4—8 ABRIL  
**AULAS DE GRUPO UPFIT**  
**DESAFIO MINI TRIATLO**  
— FADEUP E CDUP-BOA HORA

6 ABRIL  
18H30  
**PASSEIO U-BIKE**  
— PARTIDA NA REITORIA

19H00  
**MEGA-AULA DE HIDROGINÁSTICA E**  
**CIRCUITO AQUÁTICO**  
— PISCINA FACULDADE DE DESPORTO

7 ABRIL | 14H00—20H00  
**RASTREIOS DE NUTRIÇÃO**  
— FACULDADE DE DESPORTO

7—9 ABRIL | 18H00  
**FUTEBOL DE RUA 3X3**  
— ESTÁDIO UNIVERSITÁRIO

8 ABRIL | 14H00  
**BASQUETEBOL 3X3**  
— ESTÁDIO UNIVERSITÁRIO

9 ABRIL  
10H00  
**KRAY MAGA**  
— ESTÁDIO UNIVERSITÁRIO

11H00  
**BOOTCAMP EM FAMÍLIA**  
— ESTÁDIO UNIVERSITÁRIO

10H00  
**FUTEBOL PARA CEGOS**  
— ESTÁDIO UNIVERSITÁRIO

U. CENTRO DE DESPORTO UNIVERSIDADE DO PORTO

CDUP.UP.PT

## Anexo XIII – Material Caminha e Corrida Solidária

<b>Material Geral Caminhada e Corrida</b>
Pop-ups + pesos (discos) para não voar
Beach Flags
Sacos de braçadeiras
Canetas
Alicates de corte
Rolos de fita vermelha
Coluna de som com micro + cabo <i>mini Jack</i>
4 palcos
Fita para a meta
30 t-shirts para staff
<b>Impressões</b>
Tabela de número de voltas
Sinal “Concentração da Caminhada”
Sinal de “Concentração da Corrida”
Sinal de “Partida” x2
Sinal de “Chegada”

<b>Acreditação</b>
4 mesas
Água
Fruta
T-shirts para venda
Pesos
<b>Impressões</b>
Sinal de “Acreditação”
Mapa com percursos + Fotografias (enviar por email também)

<b>Avaliações Nutricionais</b>
1 mesa
Tanita
2 cadeiras
<b>Impressões</b>
Folha QRCode consultas

<b>Corrida</b>	
Partida da Corrida	2 Tendas
	2 Mesas
	4 Cadeiras
A-D (Reta Bancada/Curva)	30 cones (10 em 10 metros)
Ponto D (Corte Diagonal)	3 gestores de Fila
	1 seta
E-F (60m)	8 gestores de fila com fita vermelha (10 em 10 metros)
	Sinal de trânsito “Estrada Estreita”
Ponto G	2 cones
H-I (60m)	Cortar trânsito
	6 gestores de fila com fita vermelha (10 em 10m)
	2 estacas
I-J (50m)	Dividir parque de estacionamento
	Cones para trajeto de carros
	40 cones
	Sinal de “Proibido Estacionar”
	Sinal “Obrigatório ir pela Esquerda”

Zona Workout	Fita vermelha a definir trajeto
J1	2 cones
	1 Seta
	1 estaca
FV	1 estaca
	1 Seta
EV	1 estaca
	1 Seta
K	5 cones
AV	Sinal trânsito "Inversão de marcha"

Anexo XIV - STAFF Caminhada e Corrida Solidária

<b>Posto</b>	<b>Quantidade pessoas</b>
<b>Acreditação</b>	4
<b>Corrida</b>	
<b>Contagem de voltas</b>	8 (4 pares)
<b>Ponto D</b>	1
<b>Ponto E</b>	1
<b>Ponto F</b>	1
<b>Ponto H</b>	1
<b>Ponto I</b>	1
<b>Parque estacionamento (junto das escadas)</b>	1
<b>Curva da pista (atrás da baliza futebol)</b>	1
<b>Caminhada</b>	
<b>Fazer a caminhada (ir na frente)</b>	1
<b>Ponto H (bloquear trânsito)</b>	1
<b>Ponto I (bloquear trânsito)</b>	1
<b>Curva do planetário (globo)</b>	1
<b>Curva do Campo Alegre com FCUP</b>	1
<b>Portão do Círculo Universitário</b>	1
<b>Casa Anderson</b>	1