



# Swimrun

O **swimrun** em contexto escolar é uma atividade desportiva que resulta da combinação da corrida a pé e da natação. Os alunos que participarem nesta atividade vão realizar um percurso a nado dentro da piscina municipal de Odemira, e outro percurso em corrida a pé no exterior da piscina, envolvendo 2 transições entre a natação e a corrida a pé.

O swimrun é um fator diferenciador na oferta desportiva escolar no concelho de Odemira; é uma atividade alegre e dinâmica, exaltando o conceito de escola feliz, que, para além de proporcionar a prática desportiva promove três objetivos fundamentais:

### **Educar para as boas práticas ambientais**

Como já foi mencionado o swimrun irá alternar entre o interior e o exterior da piscina.

A troca do material será realizada em local próprio para evitar sujar o chão da piscina.

### **Educar para a cidadania**

Acreditamos que pela primeira vez decorrerá uma atividade desportiva em meio aquático com caráter competitivo, sem ser necessário condicionar outras atividades a decorrer no mesmo local. Ou seja, todos os utentes da piscina poderão utilizar as instalações sem qualquer condicionamento (balneário e plano de água) e ao mesmo tempo podem apreciar a prática do swimrun.

### **Promover a oferta desportiva**

- Sendo a natação e o atletismo duas ofertas desportivas de referência no município de Odemira, a combinação das duas será uma novidade, potencializando a motivação dos jovens para a prática desportiva.

