



Prezados Pais/Responsáveis,

Dando sequência à programação de atividades envolvendo a participação da família, informamos que no dia **25/03/2017** (sábado), promoveremos uma nova vivência esportiva, dessa vez com a realização do 1º Duathlon MS (corrida e natação), destinado exclusivamente aos alunos praticantes da Natação Morumbi Sul, de 4 a 12 anos, e acompanhadas de adulto participante.

HORÁRIO	IDADE	PISCINA: CRIANÇAS	CORRIDA: ADULTOS
8 horas	4, 5 e 6 anos	50 m	2 voltas na quadra
9 horas	7, 8 e 9 anos	75 m	2 voltas na quadra
10 horas	10, 11 e 12 anos	100 m	2 voltas na quadra

. Importante:

- **Lembramos que não se trata de uma competição**, mas de uma a o que visa integrar os pais e seus filhos em torno de uma atividade física dirigida, que proporcionará momentos de descontração e convivência, tão importantes nas relações familiares.
- **ADULTOS:** Roupas confortáveis e t nis.
- **CRIANÇAS:** Touca de Natação, mai (meninas) e sunga(meninos) e itens de higiene pessoal/banho.
- Crianç s (alunos da natação MS) e um Adulto participante (pai/mãe/responsável) formarão uma equipe. A crianç a percorrer  a nado uma distância na piscina e, em seguida, o adulto correrá por um trajeto dentro das dependências da escola.



Nesse dia, assim como já realizamos anteriormente, teremos uma atividade que irá além de uma manhã esportiva, pois integrar  os programas A o Solidária e Cidadão Planetário, por meio da arrecadação de livros e gibis, que serão destinados às instituições. Participe.

Contamos com a participação de todos!

Coordenação de Esportes / Direção
SP, 17 de març o de 2017.

CONFIRMAÇÃO DE INSCRIÇÃO 1º DUATHLON MS

  necessário preencher a ficha abaixo e devolvê-la, até o dia 23/03/2017, acompanhada de **1 kg de alimento não perecível**;

Eu, _____,

responsável pelo aluno(a) _____,

do _____ ano, informo que participarei do "1º Duathlon MS", sábado, 25/03, no Colégio Morumbi Sul.

Assinatura: _____ Data: _____