



PLANO DE ATIVIDADES E ORÇAMENTO

ANO 2025

13 DE DEZEMBRO 2024

ÍNDICE

Índice	2
Introdução	3
Plano de Atividades	4
<i>Atividades Culturais</i>	4
Ballet	4
Cavaquinhos do Louriçal	4
Escola de Música	4
Outras Atividades Culturais	4
<i>Atividades Desportivas</i>	4
Atletismo/Trail	5
BTT	5
Caminhada	5
Futsal	6
Karate	6
Modelismo	6
Natação	6
Ténis de Mesa	6
Outras Atividades Desportivas	7
<i>Atividades Recreativas e de Lazer</i>	7
<i>Outras Atividades</i>	7
Orçamento 2025	8
Órgãos Sociais – Biénio 2024/2025	18

INTRODUÇÃO

Após um ano de 2024 que pretendeu dar uma resposta às necessidades das diversas secções, através de um forte investimento em todas as secções e em obras de manutenção da sede da Associação Cultural Recreativa e Desportiva do Louriçal, a proposta de Plano de Atividades e Orçamento para 2025 visa essencialmente dar continuidade aos desafios e esforços propostos no ano de 2024, bem como efetuar alguns melhoramentos na sede da instituição, nomeadamente na criação de camarins e sala de troféus/formação.

O ano de 2025 trará ainda mais desafios para a coletividade e para todos os que a compõem, pelo facto do aumento de secções e do número de atletas nas diversas modalidades.

Dando seguimento ao efetuado do documento de 2024, este Plano de Atividades e Orçamento foi concebido tendo por base as opiniões e ideias de todas as secções da associação.

PLANO DE ACTIVIDADES

ACTIVIDADES CULTURAIS

- BALLET

- > Participação em eventos no C.A.E. da Figueira da Foz
- > Participação em eventos de divulgação de Aulas de Ballet, de modo a incrementar o número de atletas

- CAVAQUINHOS

- > Gravação e Lançamento de Novo CD
- > Organização do VII Encontro de Música Tradicional
- > Participação em eventos e festividades culturais regionais e nacionais
- > Participação nos Serões Culturais da Freguesia do Lourical



- ESCOLA DE MÚSICA

- > Incremento e Divulgação das Aulas de Música
- > Organização de Encontro de Encerramento do Ano Lectivo
- > Participação nos Serões Culturais da Freguesia do Lourical



- OUTRAS ACTIVIDADES CULTURAIS

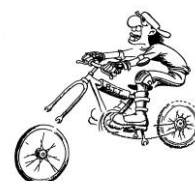
- > Sessões de Teatro Amador
- > Sessões de Stand Up Comedy
- > Participação nos Serões Culturais



ATIVIDADES DESPORTIVAS

- ATLETISMO/TRAIL

- > Participação em várias provas de trail e atletismo, regionais, nacionais e internacionais a nível amador, com atletas do sexo feminino e masculino, através da equipa Lama Solta
- > Filiação de atletas Seniores, Masters 40 e Masters 45 na Federação Portuguesa de Atletismo, Associação de Trail Running de Portugal e Federação Portuguesa de Montanhismo
- > Organização do VII Trail Lama Solta em data ainda a indicar, prova que contará para o Campeonato Nacional de Trail Sprint e para o Circuito de Trail Sprint –FULLPROTEIN
- > Promoção da modalidade nas jornadas técnicas pedagógicas do Instituto D. João V
- > Apoio na organização de eventos de trail e caminhadas na freguesia do Louriçal
- > Promoção do Atletismo nos escalões de Benjamins A e B
- > Organização de evento de Trail Kids e Kids Athletics
- > Organização do Grande Prémio de Atletismo do Louriçal
- > Organização da Meia Maratona do Louriçal



- BTT

- > Participação em várias provas de BTT locais, nacionais e internacionais a nível amador, com atletas do sexo masculino e feminino, através da equipa Lama Solta
- > Organização do 20.º Raid de BTT no dia 28 de setembro



ASSOCIAÇÃO CULTURAL RECREATIVA E DESPORTIVA DO LOURIÇAL

PLANO DE ATIVIDADES E ORÇAMENTO | ANO 2025

> Federação de atletas nos escalões de Ciclismo para Todos

- CAMINHADA (CAÇA TRILHOS)

- > Organização de duas caminhadas mensalmente em Portugal Continental
- > Organização de caminhadas na Vila e Freguesia do Louriçal
- > Promoção da modalidade na região



- FUTSAL

- > Certificação da ACRD LOURIÇAL como escola de futsal 3*** da Federação Portuguesa de Futebol
- > Participação em competições distritais e nacionais de Futsal a nível federado, nas categorias de Petizes, Traquinas, Benjamins, Infantis, Iniciados, Juvenis, Juniores e Seniores, nos escalões Masculinos e Femininos
- > Aposta mais intensa nos escalões femininos
- > Organização de gala de futsal no final da época desportiva 2024/2025
- > Organização de encontro convívio com os pais



- KARATE

- > Organização de Estágio Internacional JKS Portugal (Toyama Shohei) – 26 Abril 2025 (organização da ACRDL e KAK – Kazendo Associação de Karate)
- > Participação nas atividades definidas no calendário integrado Kaizendo e JKS Portugal.
- > Participação nos Campeonatos Regionais e Nacionais da FNKP (Federação Portuguesa)
- > Participação em Abertos Nacionais (Vila das Aves, Cascais, Mealhada)
- > Atividade de Final de Época com inclusão de atividades outdoor (ex: Canoagem, Arborismo, etc.)



- MODELISMO

- > Participação em eventos de modelismo regionais
- > Promoção da modalidade junto da população mais jovem/Festas Louriçal
- > Organização de 2 eventos/Convívios (Agosto e Dezembro)

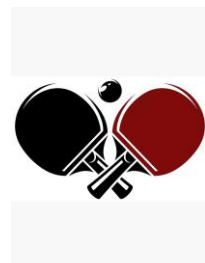


- NATAÇÃO

- > Lecionar aulas de Natação e Hidroginástica
- > Organização de um Open de Natação em Março
- > Participação em provas regionais de Natação, com a equipa de pré-competição/competição
- > Organização do dia aberto de Natação

- TÊNIS DE MESA

- > Promoção da Escola de Ténis de Mesa e promoção da modalidade no IDJV
- > Organização do IV Torneio Nacional Challenge "Vila do Louriçal" (12 Abril 2025)
- > Organização do 9.º Torneio Professor Pedrosa (4 Outubro 2025)
- > Organização do Torneio da "Penugem"
- > Participação dos atletas de formação em provas regionais, distritais e nacionais
- > Participação da equipa sénior no Campeonato Distrital de equipas e no Campeonato Nacional de equipas Challenge



- OUTRAS ACTIVIDADES DESPORTIVAS

- > Organização do Jogo Solteiros Vs Casados o dia 25 de Abril
- > Organização de Torneio de Bilhar
- > Organização de Torneio de Matraquilhos

ATIVIDADES RECREATIVAS E DE LAZER

- > Férias Divertidas (Organização de dois campos de férias no Verão)
- > Organização do 5.º Festival de Sopas
- > Comemoração do 68.º Aniversário/Comemoração dos 50 Anos da Sede Actual
- > Participação nas Festas do Louriçal (Stand)
- > Organização de Torneio de Sueca

OUTRAS ACTIVIDADES

- > Conclusão da Inventariação do Património da Instituição

ASSOCIAÇÃO CULTURAL RECREATIVA E DESPORTIVA DO LOURIÇAL

PLANO DE ATIVIDADES E ORÇAMENTO | ANO 2025

- > Realização de obras no bar (sala de troféus,)
- > Realização de obras no palco (construção de camarins)
- > Realização de Obras na Cozinha
- > Realização de obras na escadaria exterior
- > Realização da ligação à rede de saneamento das casas de banho da cave
- > Fazer uma coleção de cromos de todas as secções da associação ou um Anuário

ORÇAMENTO 2025

Para o ano de 2025 pretende-se dar seguimento a grande parte do plano de atividades do ano transato, prevendo-se um orçamento de **322.880,00€**, com o maior investimento a estar associado às diversas obras a realizar na sede da coletividade.

	Receitas	Despesas
ADMINISTRAÇÃO		
Reparações/Manutenção de Viaturas		750,00 €
Representação (refeições, combustível, etc...)		100,00 €
Filiação INATEL		25,00 €
Imposto Único Circulação Viaturas FORD e RENAULT		535,00 €

ASSOCIAÇÃO CULTURAL RECREATIVA E DESPORTIVA DO LOURIÇAL
PLANO DE ATIVIDADES E ORÇAMENTO | ANO 2025

Trabalhos Gráficos (cartazes, flyers, etc...)		100,00 €
OUTDOOR PROMOÇÃO MODALIDADES (lona)		500,00 €
Material de Escritório (Material de Desgaste)		200,00 €
Seguros das Viatura RENAULT e FORD		900,00 €
Personalização das 2 viaturas		500,00 €
Quotas dos Associados	2 000,00 €	200,00 €
Software de Gestão de Sócios, Quotas e Atletas		600,00 €
Site - Domínio www.associacaolourical.pt		125,00 €
Serviços de Contabilidade		3 250,00 €
Participação nas Festas do Louriçal 2025		300,00€
Caderneta de Cromos/Anuário	5 000,00 €	5 000,00 €
Constituição de Fundo de Reserva		16 200,00 €
TOTAL ADMINISTRAÇÃO	7 000,00 €	28 285,00 €

EDIFÍCIO-SEDE		
Águas e Saneamento		250,00 €
Aluguer do Salão	500,00 €	
Bar	10 000,00 €	5 500,00 €
Snooker	200,00 €	
Construção de Camarins/Sala de Formação/Troféus	40 000,00 €	68 000,00 €
Obras na cozinha		3 000,00 €
Obras na sala da Direção (Armários e Pintura)		2 500,00€
Obras na sala da Cultura (Pintura)		500,00€

ASSOCIAÇÃO CULTURAL RECREATIVA E DESPORTIVA DO LOURIÇAL
PLANO DE ATIVIDADES E ORÇAMENTO | ANO 2025

Obras na Cozinha		15 000,00€
Obras na escadaria exterior e ligação ao saneamento da cave		3 500,00€
Pintura Interior (Algumas Divisões)		2 000,00€
Aquisição de grelhador em inox		1 500,00€
Aquisição de Mesas		750,00 €
Eletricidade		1 250,00 €
Ferramentas e Utensílios		250,00 €
Gás		300,00 €
Material de Luz, Som e Imagem		3 500,00 €
Infraestrutura e material de iluminação para o palco		2 500,00€
Seguro do Edifício		550,00 €
Segurança Contra Incêndios (Manutenção)		200,00 €
Limpeza das Instalações		1 500,00 €
Telecomunicações		750,00 €
TOTAL EDIFÍCIO-SEDE	50 700,00 €	113 300,00 €
CULTURA		
BALLET		
Mensalidade dos Alunos	1 600,00 €	
Manutenção das Barras		200,00 €
Subsídio Municipal Apoio ao Associativismo Cultural	1 500,00€	
TOTAL BALLET	3 100,00 €	200,00 €
ESCOLA DE MÚSICA		
Subsídio Municipal de Apoio ao Associativismo Cultural	1 000,00 €	
Manutenção e Reparação de Instrumentos		300,00 €

ASSOCIAÇÃO CULTURAL RECREATIVA E DESPORTIVA DO LOURIÇAL
PLANO DE ATIVIDADES E ORÇAMENTO | ANO 2025

Seguros dos Alunos		100,00 €
Participação na 12.ª edição dos Serões Culturais 2025	150,00 €	
TOTAL ESCOLA DE MÚSICA	1 150,00 €	400,00 €
GRUPO DE CAVAQUINHOS DO LOURIÇAL		
Subsídio Associativismo Cultural Município de Pombal	3 000,00 €	
Atuações locais, Regionais e Nacionais	1 000,00 €	
Direcção Regional de Cultura do Centro - Apoio Evento	500,00 €	
7.º Encontro de Música Tradicional		500,00 €
Gravação de CD	1 000,00 €	2 200,00 €
Participação na 12.ª edição dos Serões Culturais 2025	150,00 €	
TOTAL GRUPO DE CAVAQUINHOS DO LOURIÇAL	5 650,00 €	2 700,00 €
OUTRAS ATIVIDADES CULTURAIS		
Participação na 12.ª edição dos Serões Culturais 2025	400,00 €	
Sessões de Teatro	250,00 €	250,00 €
Sessões de Stand Up Comedy	250,00 €	250,00 €
TOTAL CULTURA	10 800,00 €	3 800,00 €

DESPORTO

ORÇAMENTO COMUM A VÁRIAS MODALIDADES

Serviços de Fisioterapia		2 500,00 €
Malas de Primeiros Socorros	500,00 €	500,00 €
Gala do Desporto		750,00 €
Aquisição de Material Sala de Fisioterapia		200,00€
TOTAL (VÁRIAS MODALIDADES DESPORTO)	500,00 €	3 950,00 €

ASSOCIAÇÃO CULTURAL RECREATIVA E DESPORTIVA DO LOURIÇAL
PLANO DE ATIVIDADES E ORÇAMENTO | ANO 2025

ATLETISMO/TRAIL (LAMA SOLTA)		
Exames Médicos dos Jogadores Federados		350,00 €
Filiação da Equipa e Dirigentes na Federação Portuguesa de Atletismo		50,00 €
Filiação de Equipa na ATRP		100,00 €
Filiação da Equipa na ADAL		15,00 €
Inscrições de atletas na Federação Portuguesa de Atletismo		400,00 €
Inscrições em provas na Federação Portuguesa de Atletismo/ATRP		1 500,00 €
Despesas de Transporte		200,00 €
Aquisição de Equipamentos	300,00 €	300,00 €
7.º Trail Lama Solta	10 000,00 €	7 500,00 €
Subsídio Prática Desportiva Município de Pombal	2 200,00 €	
TOTAL ATLETISMO/TRAIL (LAMA SOLTA)	12 500,00 €	10 415,00 €

BTT (LAMA SOLTA)		
Inscrições de atletas na Fed. Port. Ciclismo		500,00 €
Inscrições Em Provas		500,00 €
Despesas de Transporte		200,00 €
Aquisição de Ferramentas		500,00 €
Aquisição de Equipamentos	500,00 €	500,00 €

ASSOCIAÇÃO CULTURAL RECREATIVA E DESPORTIVA DO LOURIÇAL
PLANO DE ATIVIDADES E ORÇAMENTO | ANO 2025

20.º Raid BTT Lama Solta	15 000,00 €	12 000,00 €
Subsídio Prática Desportiva Município de Pombal	1 200,00 €	
TOTAL BTT (LAMA SOLTA)	16 700,00 €	1 4 200,00 €

CAMINHADA (CAÇA TRILHOS)		
Seguro de Caminhadas		540,00 €
Aluguer de Autocarros		8 000,00 €
Despesas de Gasóleo/Portagens e outras na visita aos locais		3.500,00 €
Impressões de Cartazes		100,00 €
Aquisição de GPS e matéria de apoio		250,00 €
Inscrições em Caminhadas sem Autocarro	2 000,00 €	
Inscrições em Caminhadas com Autocarro	12 000,00 €	
TOTAL CAMINHADA (CAÇA TRILHOS)	14 000,00 €	12 390,00 €
FUTSAL		
Alimentação (Pão, Fiambre, Queijo, Águas, Iogurte e Fruta)		3 000,00 €
Despesas com Treinadores (Juniões Masculinos)		2 000,00 €
Inscrições jogadores, provas, taxas de jogo AFLEIRIA		3.000,00 €
Equipamentos de Jogo, fatos de treino, etc...		500,00 €

ASSOCIAÇÃO CULTURAL RECREATIVA E DESPORTIVA DO LOURIÇAL
PLANO DE ATIVIDADES E ORÇAMENTO | ANO 2025

Despesas de Transporte (Gasóleo)		2 000,00 €
Despesas de Transporte (Motorista)		1 500,00 €
Seguros de Atletas (Lesões)		500,00 €
Material de Treino (Bolas, etc...)		200,00 €
Gala de Futsal		1 000,00€
Subsídio Prática Desportiva Município de Pombal (Formação)	17 000,00 €	
Certificação 3*	200,00€	
Patrocínios/Donativos (Formação)	8 000,00€	
Despesas Treinadores (Equipa Senior Masculina)		5 500,00€
Taxas de Jogo (Equipa Senior Masculina)		1 200,00€
Inscrições de Jogadores AF Leiria (Equipa Senior Masculina)		1 500,00€
Subsídio Prática Desportiva Município de Pombal (Formação)	2 000,00€	
Patrocínios/Donativos (Equipa Senior Masculina)	8 500,00 €	
Jantares (Equipa Senior Masculina)	500,00€	1 000,00€
Bar (Pavilhão Gimnodesportivo do Lourical)	10 000,00€	5 000,00€
TOTAL FUTSAL	46 200,00 €	27 900,00 €

KARATÉ

Mensalidades	930,00 €	
Subsídio Prática Desportiva Município de Pombal	2 100,00 €	
Atividades de Angariação de Fundos	300,00 €	

ASSOCIAÇÃO CULTURAL RECREATIVA E DESPORTIVA DO LOURIÇAL
PLANO DE ATIVIDADES E ORÇAMENTO | ANO 2025

Combustíveis e Portagens		850,00 €
Equipamento de Treino		250,00 €
Inscrições em Provas e Eventos		600,00 €
Fatos de Karate		260,00 €
Apoio / Participação em Eventos		800,00€
Organização de Eventos		300,00 €
TOTAL KARATE	3 330,00 €	3 060,00 €
MODELISMO		
Encontro de Modelismo - Agosto	500,00 €	250,00 €
Encontro de Modelismo - Dezembro	500,00 €	250,00 €
TOTAL MODELISMO	1 000,00 €	500,00 €

NATAÇÃO

ASSOCIAÇÃO CULTURAL RECREATIVA E DESPORTIVA DO LOURIÇAL
PLANO DE ATIVIDADES E ORÇAMENTO | ANO 2025

Filiação da equipa e treinador na Associação de Natação de Leiria		250,00 €
Inscrições de atletas na Associação de Natação de Leiria		250,00 €
Despesas de Transporte Provas de Formação		200,00 €
Material para Venda (Toucas, Óculos, etc...)	100,00 €	
Material Didático/Material Professores		500,00 €
Mensalidades de Utentes/Competição	120 000,00 €	
Mensalidades de Atletas da Pré-Competição	4 000,00 €	
Pagamento Professores Escola Natação		35 000,00 €
Pagamento Coordenação Escola de Natação		4 000,00 €
Pagamento Professor Competição		3 500,00 €
Transportes Utentes Monte Redondo	11 200,00€	11 200,00€
Pagamento Administrativo		7 000,00 €
Pagamento Seguros dos Utentes	3 000,00 €	2 000,00 €
Pagamento Pistas Município de Pombal		28 500,00 €
Subsídio Prática Desportiva Município de Pombal	1 050,00 €	
Open de Natação com Paião		200,00 €
7.º Convívio Escola de Natação	300,00 €	300,00 €
TOTAL NATAÇÃO	139 650,00 €	92 900,00 €

ASSOCIAÇÃO CULTURAL RECREATIVA E DESPORTIVA DO LOURIÇAL
PLANO DE ATIVIDADES E ORÇAMENTO | ANO 2025

TÉNIS DE MESA		
Inscrições de jogadores/equipa na FPTM e ATMDL		500,00 €
Inscrições em provas na FPTM		750,00 €
Despesas de Transporte (Gasóleo)		250,00 €
Equipamentos		100,00 €
Despesas de Transporte (Portagens)		300,00 €
Exames Médicos		250,00 €
Subsídio Prática Desportiva Município de Pombal	2 200,00 €	
9.º Troféu Professor Pedrosa	800,00 €	400,00 €
4.º Torneio Challenge Vila do Louriçal	2 000,00 €	700,00 €
Filiação da Equipa e Atletas de Formação		250,00 €
Participação em Torneios de Formação		500,00 €
TOTAL TÉNIS DE MESA	5 000,00 €	4 000,00 €

JOGO SOLTEIROS VS CASADOS	500,00 €	250,00 €
TOTAL DESPORTO	239 380,00 €	169 565,00 €

RECREAÇÃO		
67.º ANIVERSÁRIO	750,00 €	400,00 €
5.º Festival de Sopas	2 000,00 €	500,00 €
Torneio de Bilhar	120,00€	30,00€
FÉRIAS DIVERTIDAS 2025		
Inscrições CAMPO I e II	4 500,00 €	
Subsídio IPDJ	2 000,00 €	
Despesas CAMPO I e II (refeições, seguros, actividades, combustíveis, materiais, monitores etc...)		6.000,00 €
TOTAL FÉRIAS DIVERTIDAS	6 500,00 €	6 000,00 €
TOTAL RECREAÇÃO	9 370,00 €	6 930,00 €

Total Receitas: 322.880€ / Total Despesas: 322.880€

ÓRGÃOS SOCIAIS - BIÉNIO 2024/2025

A Assembleia Geral,

Presidente – José Maria Gonçalves Neves
Vice - Presidente – Rui Manuel Pedrosa da Silva
Secretário – Cristina Margarida Costa Ascenso
Suplente - Elisabete Oliveira Gonçalves Coelho
Suplente – Beatriz Ferreira Martins

A Direção,

Presidente – Pedro Miguel Serra Santos
Vice-Presidente – Manuel Leal da Costa
Secretário – Ana Cristina Lopes Rosa Diniz
Tesoureiro – João Gil Rosa Vide Diniz Miranda
Vogal – Gil Jacinto Silva
Vogal - Suplente – Filipe Carraco Cerejo
Vogal - Suplente – Jairo da Silva Dias

O Conselho Fiscal,

Presidente – Marco Paulo Silva Neves
Secretário – Miguel António dos Santos Carvalho
Relator – Pedro Gonçalo Pinheiro Leal
Relator - Suplente – Carlos António Jacinto da Silva

Associação Cultural Recreativa e Desportiva do Louriçal

Instituição de Utilidade Pública pelo Despacho n.º 17398/2010, de 16 de Novembro

Instituição com Estatuto de Mecenato Desportivo | Ano 2023 e 2024

Medalha de Mérito Desportivo Grau Prata do Município de Pombal 2012 | 2016

ASSOCIAÇÃO CULTURAL RECREATIVA E DESPORTIVA DO LOURIÇAL

PLANO DE ATIVIDADES E ORÇAMENTO | ANO 2025

Clube Formação Excelência Futsal da Associação de Futebol de Leiria 2011/2012 | 2012/2013

*Clube Formação Futsal 2** FPF*

Filiação Fundação INATEL – CCD N.º 628

Morada: *Rua D. João V, n.º 44 | 3105-165 Lourical*

Email: associacaolourical@gmail.com **Site:** <http://www.associacaolourical.pt>