



PLANO ESTRATÉGICO MUNICIPAL DE
DESENVOLVIMENTO DESPORTIVO
COIMBRA

APRESENTAÇÃO - RESUMO EXECUTIVO

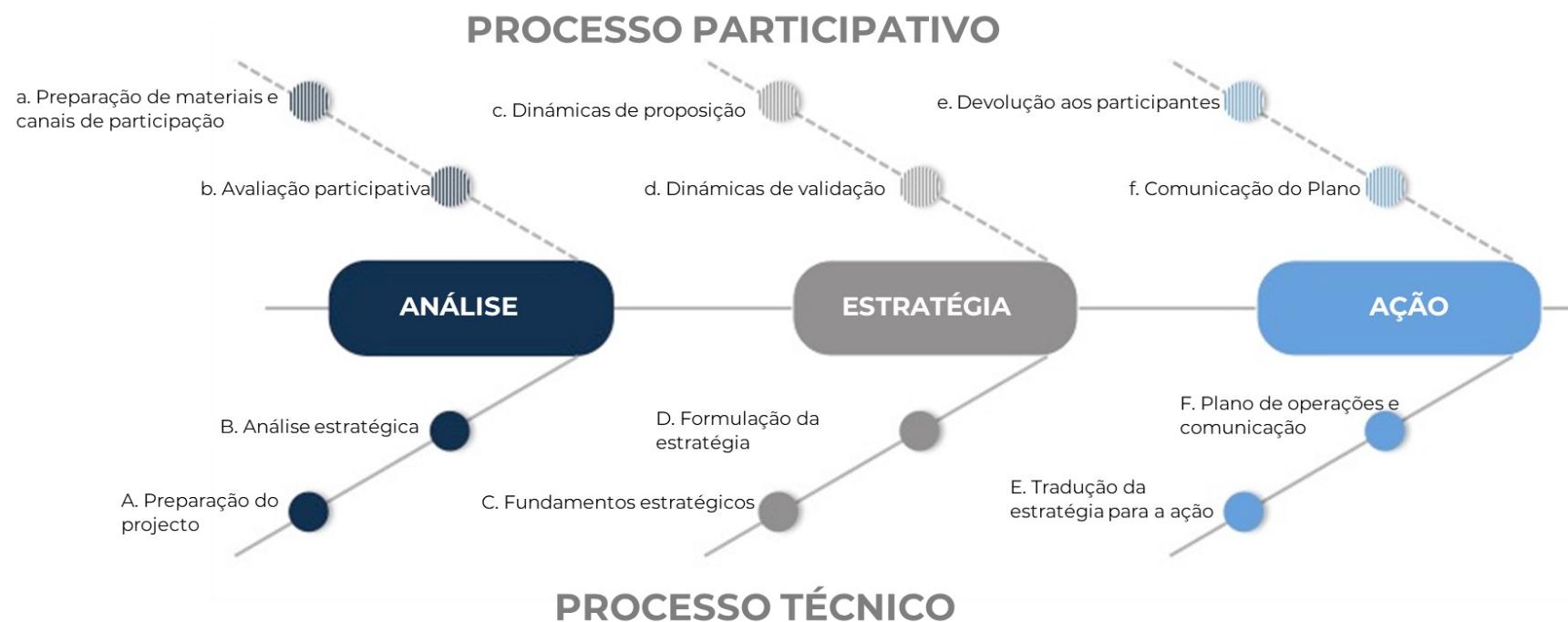


METODOLOGIA DE ELABORAÇÃO

A construção do Plano Estratégico de Desenvolvimento Desportivo de Coimbra seguiu uma metodologia estruturada e participativa, articulando análise técnica com auscultação social. O processo desenvolveu-se em três grandes etapas:

- 1. Levantamento e Diagnóstico**
- 2. Estabelecimento das estratégias**
- 3. Concepção dos programas de ação**

Ao longo de todo o processo, os enfoques técnico e participativo foram interligados: análise de dados com a elaboração de inquéritos e entrevistas; propostas dos agentes desportivos de Coimbra, com a conceção técnica de estratégias e programas. Esta metodologia permite-nos conceber um Plano Estratégico tecnicamente sólido e adaptado às necessidades reais do município.



CONTEÚDO DO PLANO

DIAGNÓSTICO

01. DADOS GERAIS

04. INSTALAÇÕES
DESPORTIVAS

07. INQUERITOS

10. EIXOS
ESTRATÉGICOS

02. ESTRUTURA DO
DESPORTO
MUNICIPAL

05. OUTROS ESPAÇOS
PARA A PRÁTICA
DESPORTIVA

08. ANALISE SWOT

11. ESTRATÉGIAS E
PROGRAMAS

03. DOTAÇÃO
ORÇAMENTAL
PARA O DESPORTO

06. ASSOCIATIVISMO
DESPORTIVO

09. FUNDAMENTOS
ESTRATÉGICOS

12. INSTRUMENTOS
DE APLICAÇÃO

ESTRATÉGIA

CARACTERIZAÇÃO GERAL DO CONCELHO

GEOGRAFIA

Rio Mondego, Serra da Lousã, áreas verdes

EDUCAÇÃO E CIÊNCIA

Universidade, centros de investigação, inovação

CLIMA

Condições favoráveis

DEMOGRAFIA

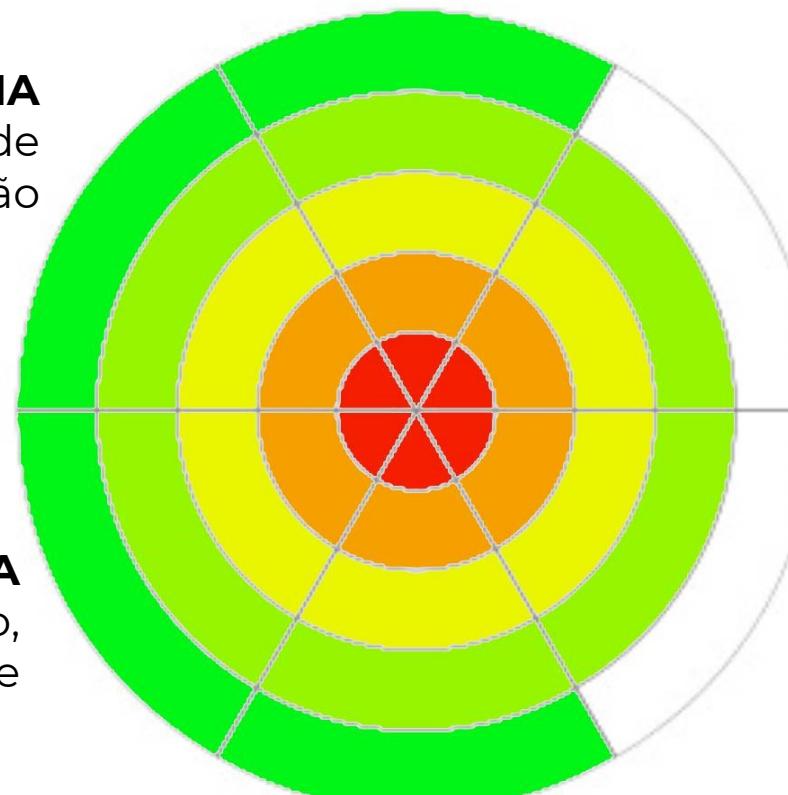
Juventude universitária + envelhecimento rural

CULTURA

Património, arquitetura, arte

TURISMO

Atratividade natural e patrimonial + eventos desportivos

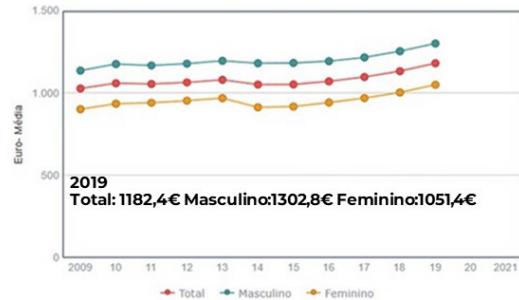


INDICADORES POPULACIONAIS, ECONÓMICOS E DE SUSTENTABILIDADE



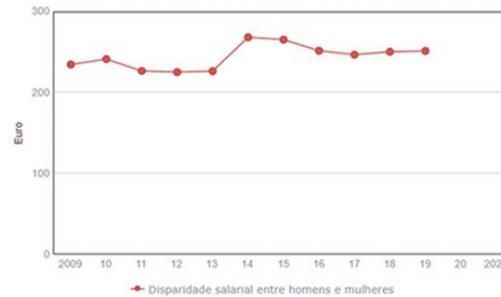
Canho médio mensal dos trabalhadores por conta de outrem: total e por sexo

Fonte: Pordata 2021



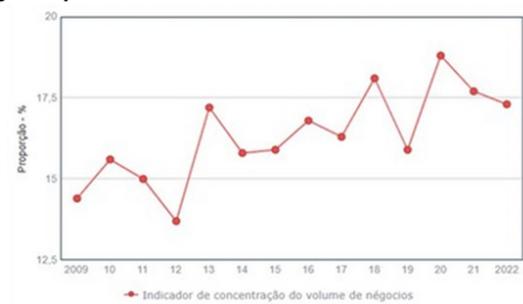
Disparidades salariais entre homens e mulheres diminuem.

Fonte: Pordata 2021



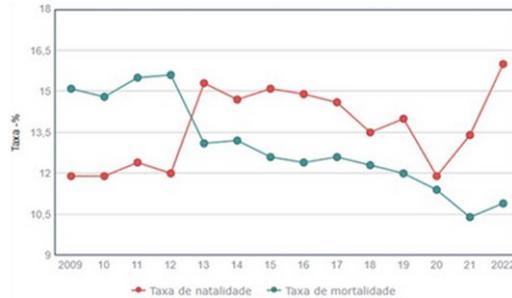
Volume de negócios das quatro maiores empresas do município (Indicador de concentração do volume de negócios)

Fonte: Pordata 2021

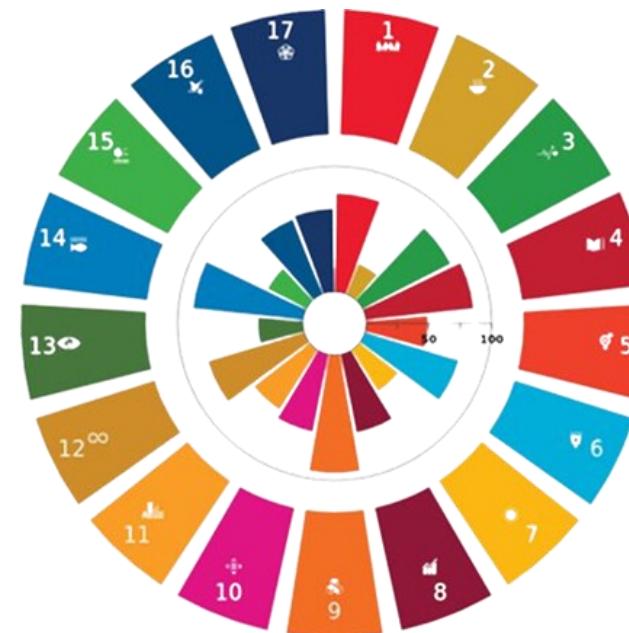


São criadas mais empresas do que desaparecem. Taxa de natalidade e mortalidade das empresas não financeiras. (Indicador de dinamismo empresarial)

Fonte: Pordata 2021



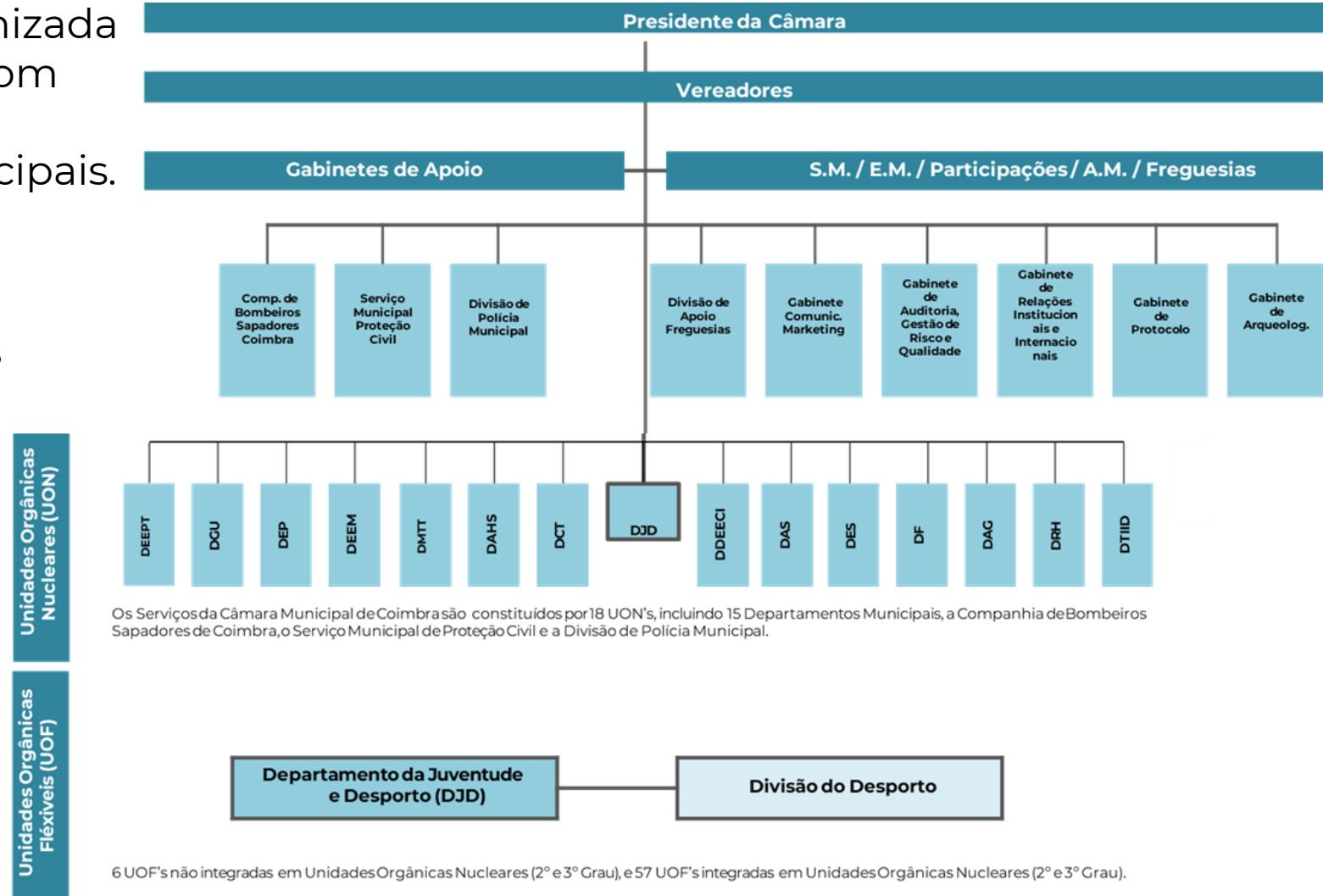
Fonte: <https://odslocal.pt/>



ESTRUTURA DO DESPORTO MUNICIPAL

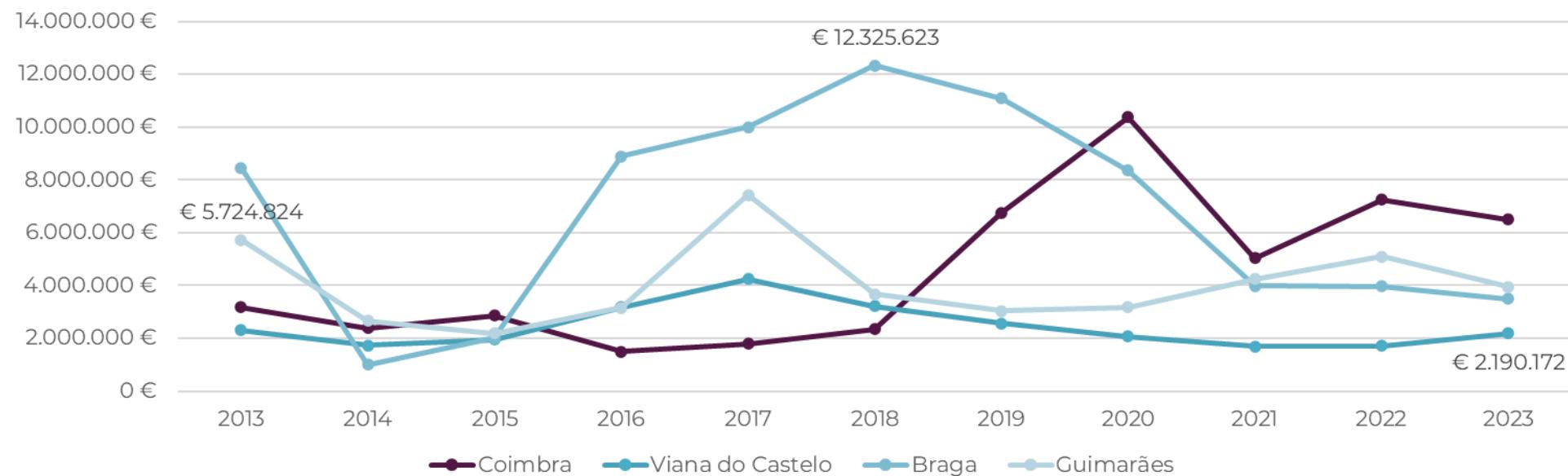
A estrutura está organizada de forma articulada com outras unidades e departamentos municipais.

A estrutura está organizada de forma articulada com outras unidades e departamentos municipais.



ORÇAMENTO MUNICIPAL PARA O DESPORTO

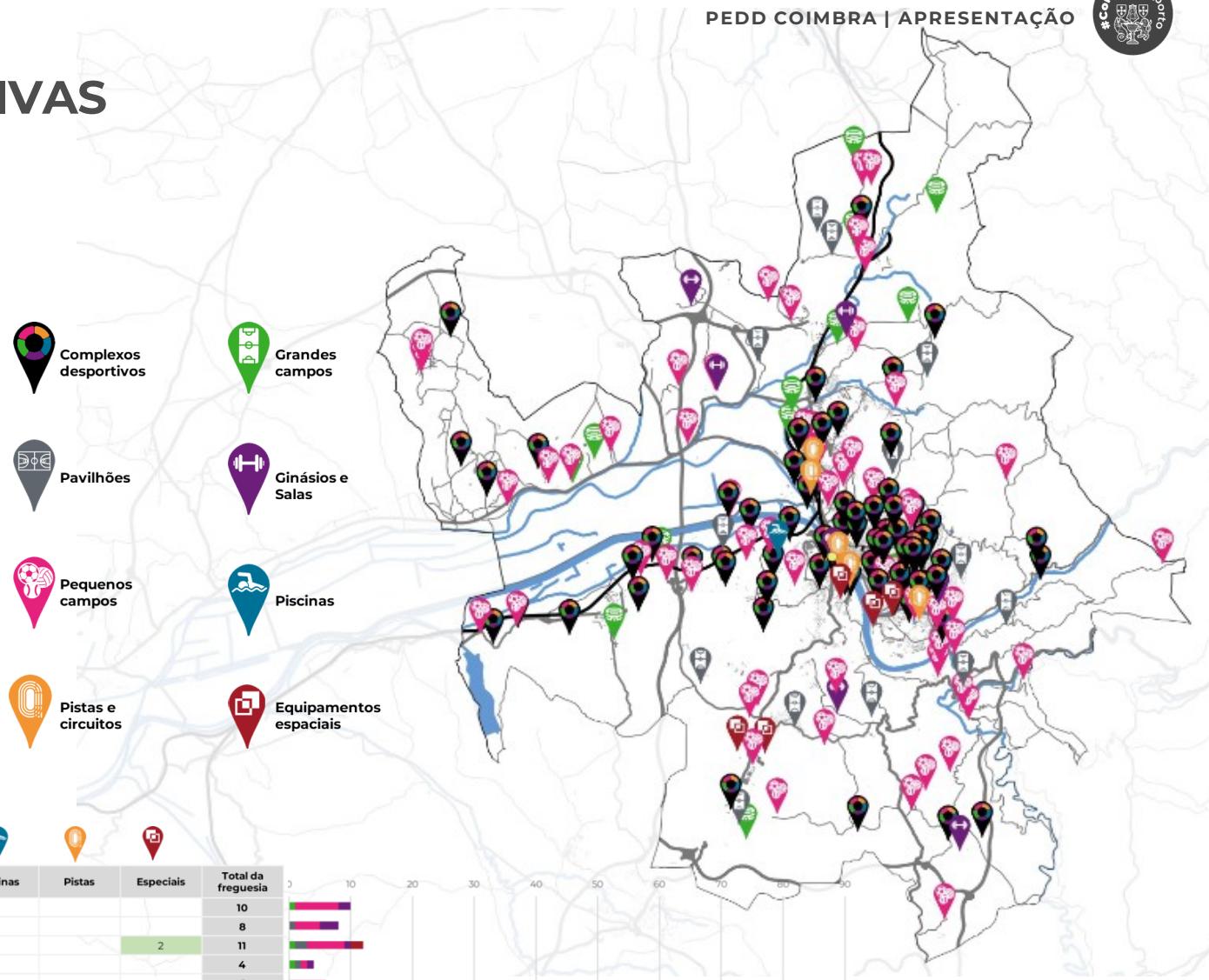
Entre 2019 e 2022, o orçamento municipal destinado ao desporto correspondeu, em média, a **45% do total afeto à Cultura e Desporto**, variando entre 40% e 55% ao longo do período. O valor mantém-se próximo da média registada entre 2019 e 2022 (€7 181 819).



Comparação dos gastos municipais em Desporto de Coimbra (2013-2023) com a evolução dos gastos nas **Cidades Europeias do Desporto da região do Minho**: Viana do Castelo (CED 2023), Braga (CED 2018) e Guimarães (CED 2013):

INSTALAÇÕES DESPORTIVAS

O Plano analisa todas as instalações desportivas de Coimbra, de acordo com a sua tipologia. Analisa também a sua localização para calcular o nível de cobertura territorial e as necessidades em localizações específicas.



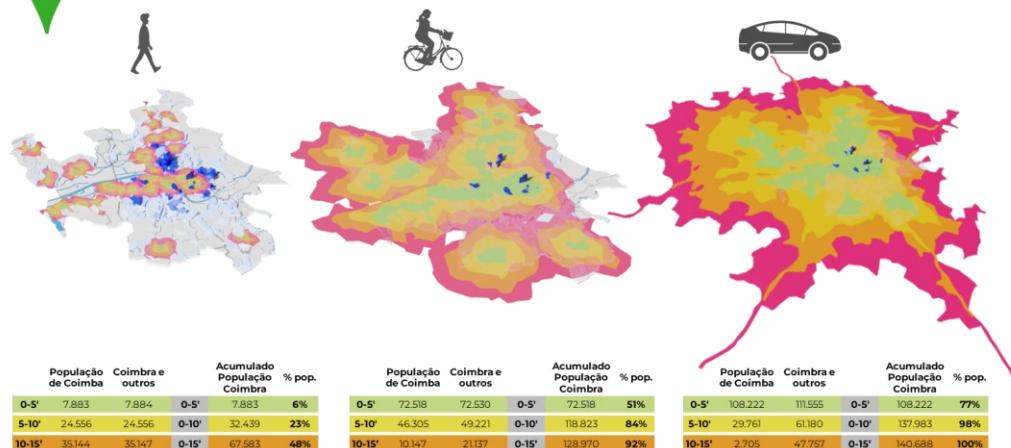
	Grandes campos	Pavilhões	Pequeno campos	Salas	Piscinas	Pistas	Especiais	Total da freguesia
Almalaguês	1		7	2				10
Antuzede e Vil de Matos		1	4	3				8
Assafarge e Antanhel	2		6	1				11
Brasfemes	1	1	1	1				4
Ceira		1	5					6
Cernache	1	2	4	1				8
Coimbra	4	6	28	23		4		65
Eiras e São Paulo de Frades	1	3	17	3	2	2		28
Santa Clara e Castelo Viegas	4	7	20	15	1	6	2	55
Santo António dos Olivais	2	7	48	16	4	6	2	85
São João do Campo	1		1					2
São Martinho de Árvore e Lamarosa	2	1	5	1				9
São Martinho do Bispo e Ribeira de Frades	5	7	18	6	2	1	9	48
São Silvestre	1	1	5	1				8
Souselas e Botão	3	3	6		1			13
Taveiro, Ameal e Arzila	4	2	9	1				16
Torres do Mondego		2	3	1				6
Trouxemil e Torre Vilela	2	1	2	1				6
Total, equipamentos	32	47	189	76	10	19	15	

ÁREAS DE INFLUÊNCIA DE TODOS OS TIPOS DE INSTALAÇÕES



Áreas de influência dos grandes campos

N.º de habitantes em função do tempo a caminhar, a andar de bicicleta ou de carro até aos grandes campos (As alturas azuis representam a densidade populacional).



48% da população de Coimbra vive a menos de 15' de distância a pé de um grande campo.

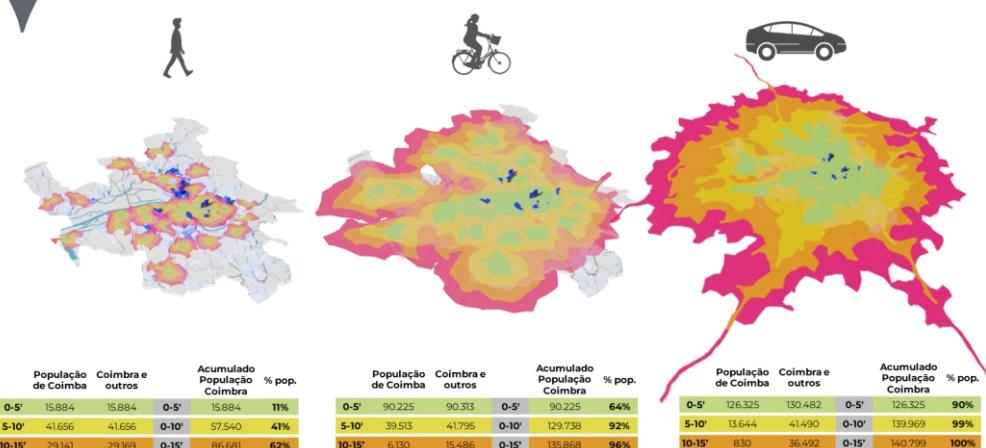
92% da população de Coimbra vive a menos de 15' de distância em bicicleta de um grande campo.

Toda a população de Coimbra vive a menos de 15' de distância em carro de um grande campo.



Áreas de influência dos pavilhões

N.º de habitantes em função do tempo a caminhar, a andar de bicicleta ou de carro até aos pavilhões.



62% da população de Coimbra vive a menos de 15' de distância a pé de um pavilhão.

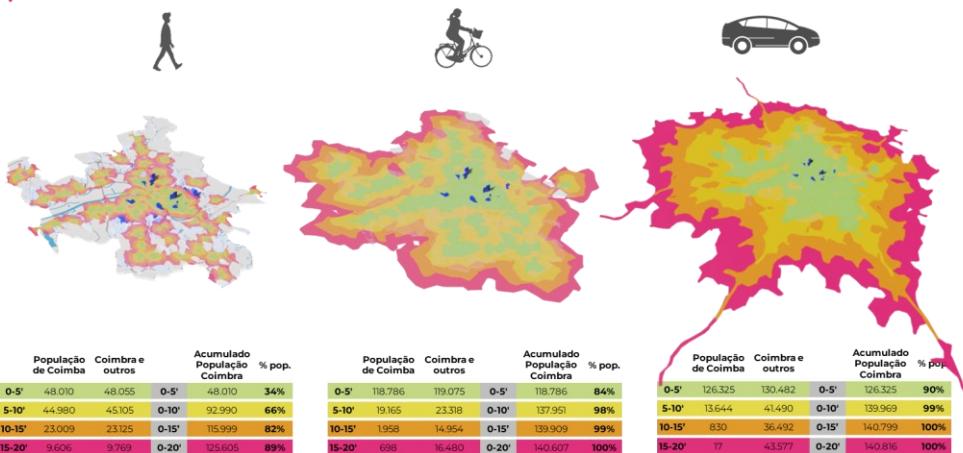
96% da população de Coimbra vive a menos de 15' de distância em bicicleta de um pavilhão.

Toda a população de Coimbra vive a menos de 15' de distância em carro de um pavilhão.



Áreas de influência dos pequenos campos

N.º de habitantes em função do tempo a caminhar, a andar de bicicleta ou de carro até aos pequenos campos.

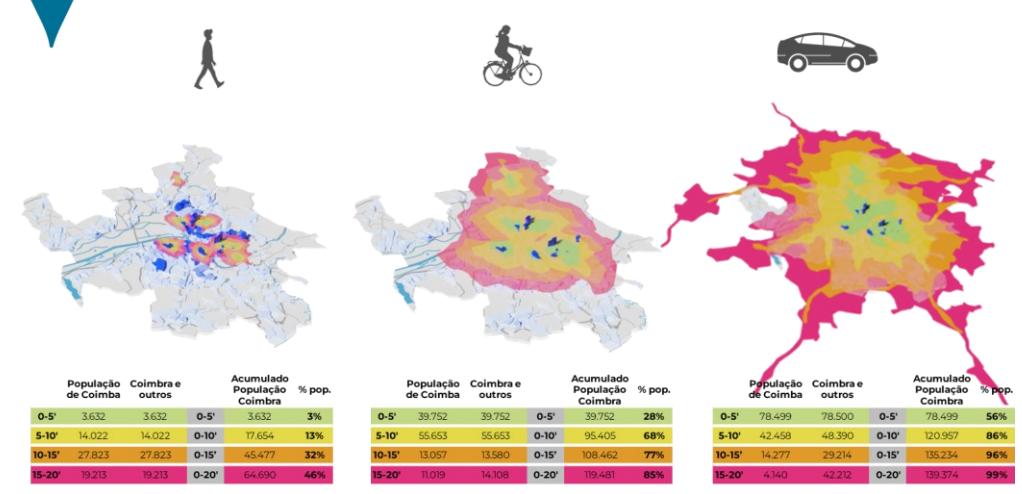


82% da população de Coimbra vive a menos de 15' de distância a pé de um pequeno campo.



Áreas de influência das Piscinas cobertas

N.º de habitantes em função do tempo a caminhar, a andar de bicicleta ou de carro até às Piscinas cobertas.



32% da população de Coimbra vive a menos de 15' de distância a pé de uma piscina.

77% da população de Coimbra vive a menos de 15' de distância em bicicleta de uma piscina.

96% da população de Coimbra vive a menos de 15' de distância em carro de uma piscina.

OUTROS ESPAÇOS PARA A PRÁTICA DESPORTIVA

Coimbra como um ginásio ao ar livre. Para além das infraestruturas tradicionais, Coimbra oferece um vasto conjunto de espaços urbanos e naturais propícios à prática informal e não institucionalizada da atividade física e do desporto.

Zonas Verdes



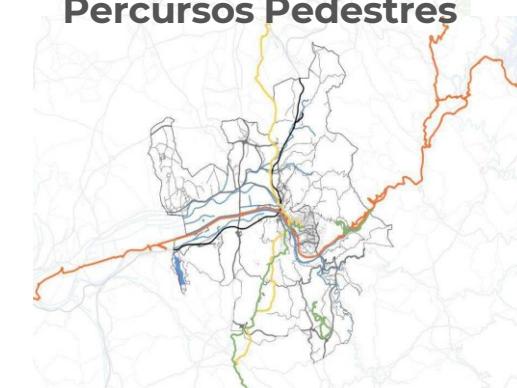
HOMENS RUNNING



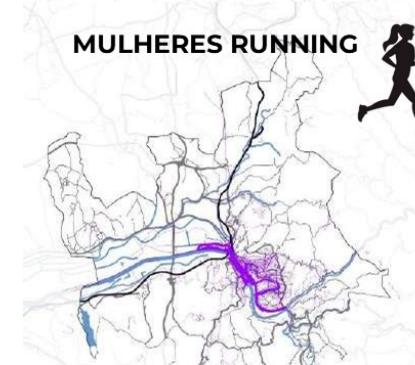
HOMENS EM BICICLETA



Percursos Pedestres



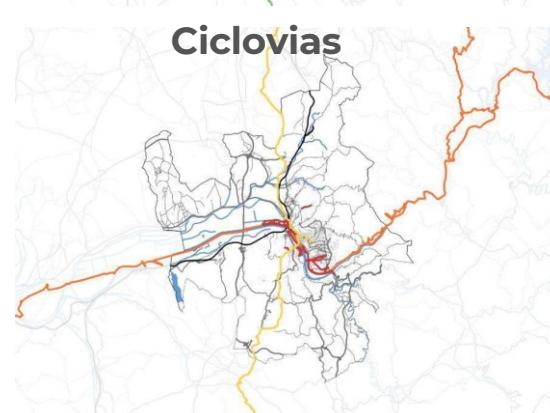
MULHERES RUNNING



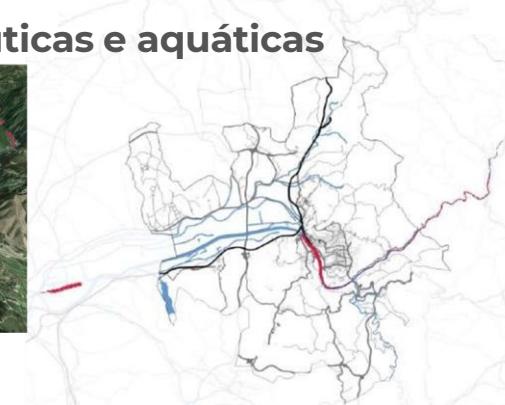
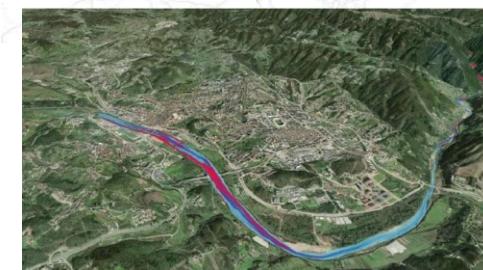
MULHERES EM BICICLETA



Ciclovias



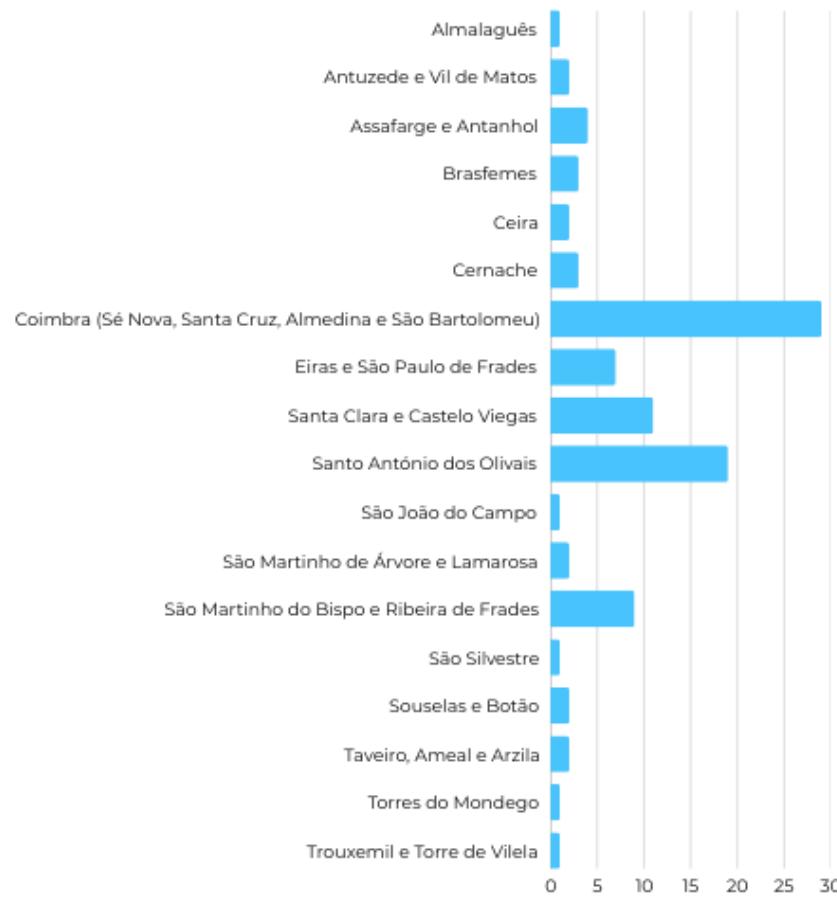
Atividades náuticas e aquáticas



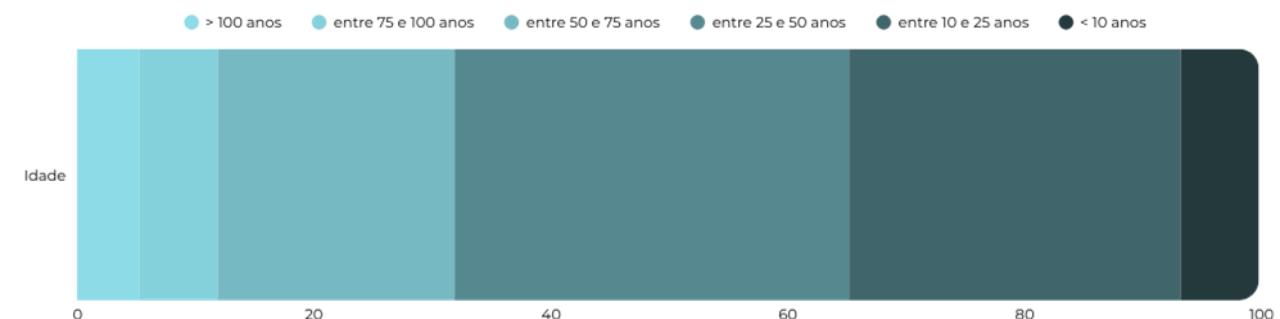
ASSOCIATIVISMO DESPORTIVO

Coimbra apresenta um tecido associativo desportivo rico, diverso e historicamente consolidado, que desempenha um papel essencial na dinamização da prática desportiva formal em todas as idades.

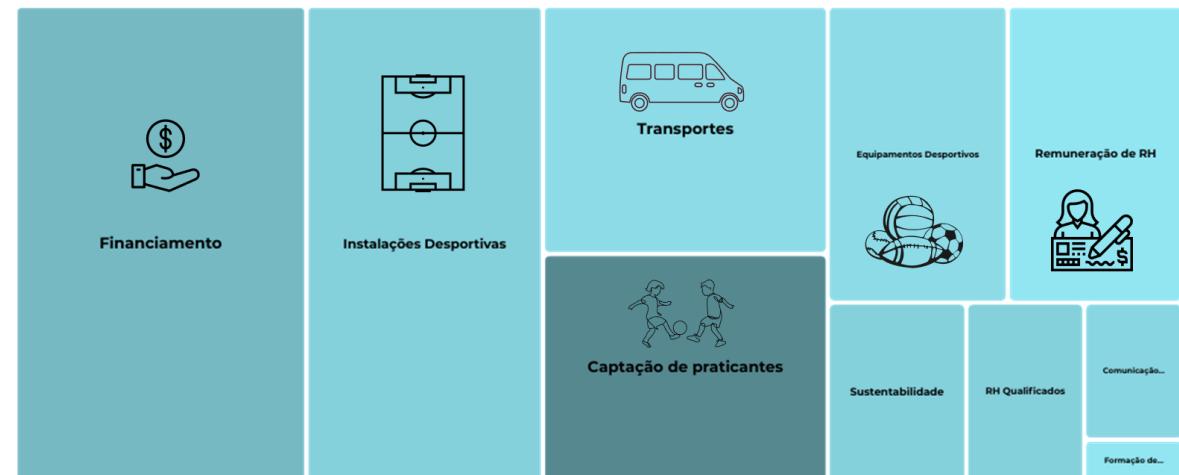
nº de clubes/associações desportivas que responderam ao inquérito em cada Freguesia



Idade dos clubes/associações desportivas



As principais dificuldades que os Clubes/Associações sentem para garantir o bom funcionamento das suas atividades e serviços



INQUÉRITOS E PERCEÇÕES LOCAIS

Durante a elaboração do plano, foram realizados inquéritos a três públicos-chave com o objetivo de identificar necessidades, expectativas e obstáculos à prática desportiva no concelho de Coimbra:

CIDADÃOS

Participantes: +1.000 respostas

Principais motivações: saúde (83%), bem-estar (74%), lazer (65%)

Barreiras mais apontadas: falta de tempo (51%), ausência de equipamentos perto da residência (37%), custo (32%)

Expectativas: mais espaços ao ar livre, programas gratuitos, eventos comunitários

ESCOLAS

Participantes: 44 agrupamentos escolares

Principais pedidos:

- Mais articulação com clubes e autarquia
- Acesso facilitado a instalações desportivas
- Ampliação da oferta no 1.º ciclo e pré-escolar

Carência comum: equipamentos adaptados para a prática de modalidades menos convencionais (dança, ginástica, artes marciais)

JUNTAS DE FREGUESIA

Participantes: 17 das 18 freguesias

Demandas principais:

- Requalificação de infraestruturas existentes
- Aposta em percursos pedonais e ciclovias
- Apoio técnico para dinamizar desporto informal em contexto comunitário

ANÁLISE SWOT

A análise SWOT (Forças, Fraquezas, Oportunidades e Ameaças) permitiu consolidar os principais elementos estratégicos que moldam o sistema desportivo de Coimbra.



FORÇAS (STRENGTHS)

- Posição estratégica e atratividade territorial
- Presença da Universidade de Coimbra e da Associação Académica
- Diversidade de clubes e modalidades
- Capacidade instalada: existência de equipamentos de referência
- Reconhecimento e orgulho local



OPORTUNIDADES (OPPORTUNITIES)

- Potencial de ligação entre saúde, educação e desporto
- Turismo ativo e desporto de natureza
- Tecnologia e inovação
- Eventos e competições como motores económicos
- Governança participativa



FRAQUEZAS (WEAKNESSES)

- Muitos espaços precisam de reabilitação
- Gestão fragmentada e desatualizada
- Falta de formação e renovação dos recursos humanos dos clubes
- Baixa literacia motora e fraca comunicação institucional
- Desarticulação institucional: falta de ligação entre saúde, educação, desporto e urbanismo



AMEAÇAS (THREATS)

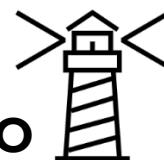
- Concorrência externa e êxodo de atletas
- Crises económicas e instabilidade de financiamento público
- Envelhecimento da população e sedentarismo crescente
- Pressão urbanística sobre espaços verdes
- Baixa valorização pública do desporto

FUNDAMENTOS ESTRATÉGICOS



MISSÃO

Promover o desenvolvimento desportivo do concelho de Coimbra como vetor essencial de coesão social, saúde pública, educação integral, inclusão e desenvolvimento económico, assegurando a todos os cidadãos o acesso equitativo e continuado à prática desportiva, formal e informal.



VISÃO

Afirmar Coimbra como um concelho ativo, saudável e inclusivo, onde o desporto faz parte da identidade coletiva, contribuindo para o bem-estar da população, a formação dos jovens, a vitalidade das comunidades e a atratividade do território.



VALORES

INCLUSÃO EXCELÊNCIA

EQUIDADE INOVAÇÃO

TRANSPARÊNCIA SUSTENTABILIDADE

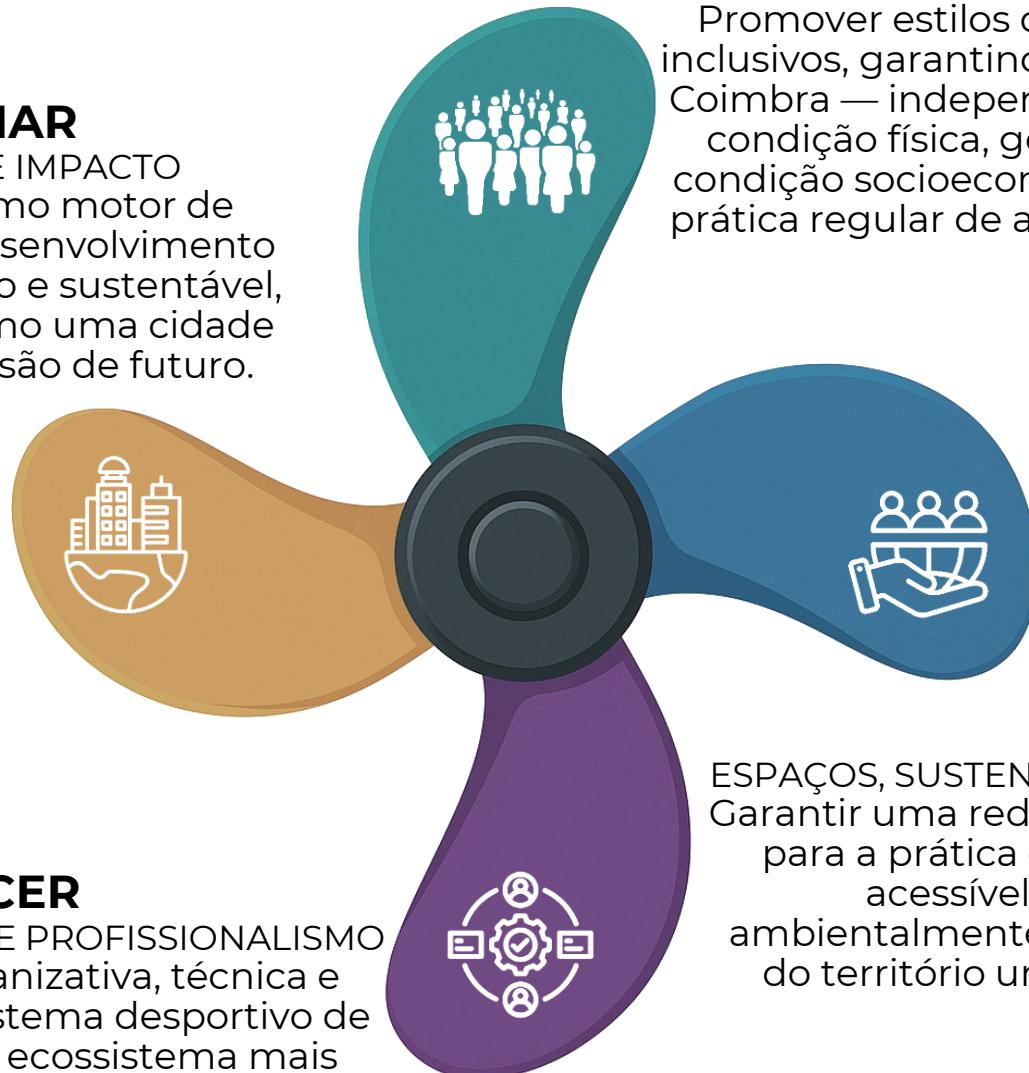
PROXIMIDADE

EIXOS ESTRATÉGICOS

TRANSFORMAR

INOVAÇÃO, CULTURA E IMPACTO

Potenciar o desporto como motor de inovação, atratividade e desenvolvimento urbano, cultural, económico e sustentável, posicionando Coimbra como uma cidade ativa, inteligente e com visão de futuro.



FORTELECER

CAPACITAÇÃO, COOPERAÇÃO E PROFISSIONALISMO

Reforçar a capacidade organizativa, técnica e financeira dos agentes do sistema desportivo de Coimbra, promovendo um ecossistema mais estável, qualificado, colaborativo e resiliente.

VIVER

SAÚDE, INCLUSÃO E PARTICIPAÇÃO

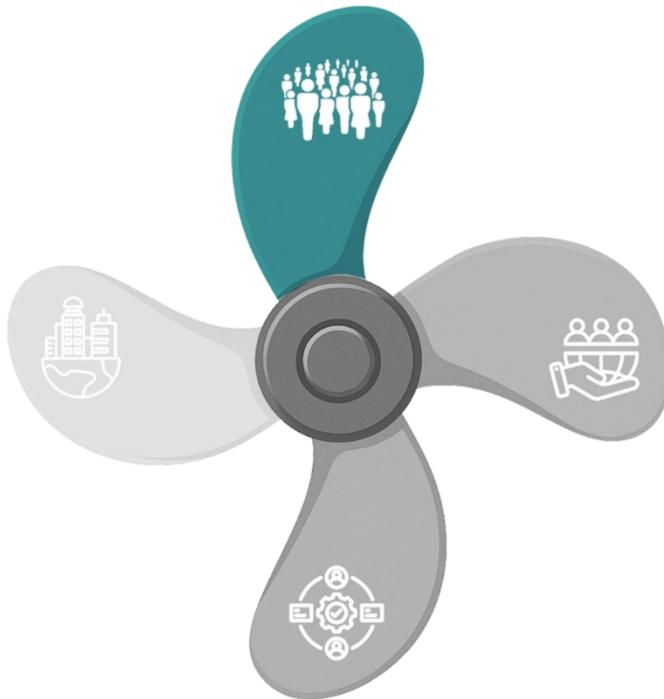
Promover estilos de vida ativos, saudáveis e inclusivos, garantindo que todas as pessoas em Coimbra — independentemente da sua idade, condição física, género, origem cultural ou condição socioeconómica — possam aceder à prática regular de atividade física e desportiva.

CUIDAR

ESPAÇOS, SUSTENTABILIDADE E ACESSIBILIDADE

Garantir uma rede de infraestruturas e espaços para a prática desportiva que seja segura, acessível, inclusiva, moderna e ambientalmente sustentável, tirando partido do território urbano e natural de Coimbra

ESTRATÉGIAS E PROGRAMAS



EIXO 1: VIVER – SAÚDE, INCLUSÃO E PARTICIPAÇÃO

01. VIVER ATIVO COIMBRA

- 01.1. Infância em Movimento
- 01.2. Escola em Movimento
- 01.3. +Vida Séniior Ativa
- 01.4. Comunidade em Movimento

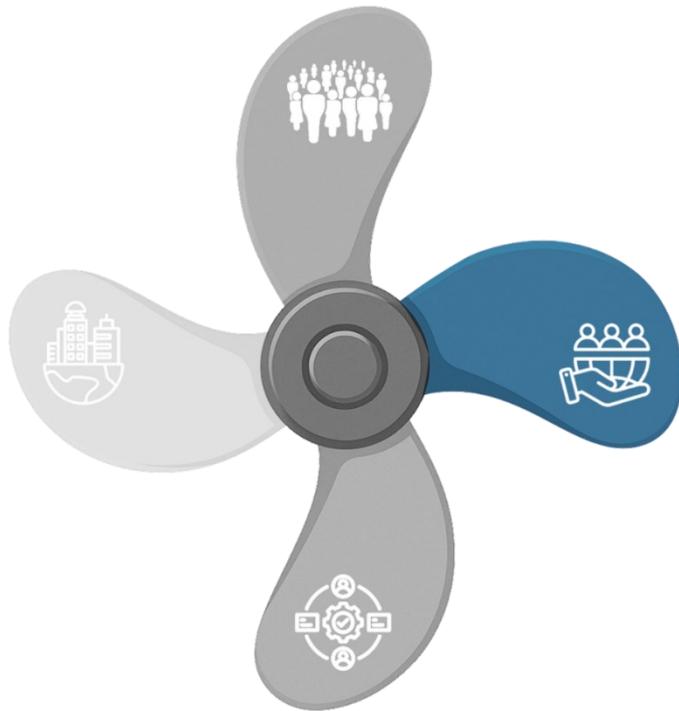
02. DESPORTO E SAÚDE PARA TODOS

- 2.1. Prescrição e Reabilitação Ativa
- 2.2. Movimento e Saúde Mental
- 2.3. Atividade Física Adaptada para Todos
- 2.4. Saúde em Rede: Parcerias e Eventos
- 2.5. Formação em Saúde e Exercício

03. IGUALDADE E INCLUSÃO ATRAVÉS DO DESPORTO

- 3.1. Acesso para todas as pessoas
- 3.2. Clube acolhedor e inclusivo
- 3.3. Mulheres em jogo
- 3.4. Pontes pelo desporto
- 3.5. Formação em diversidade e inclusão

ESTRATÉGIAS E PROGRAMAS



EIXO 2: CUIDAR – ESPAÇOS, SUSTENTABILIDADE E ACESSIBILIDADE

04. PATRIMONIO DESPORTIVO

- 4.1. Reabilitação da Rede Desportiva
- 4.2. Plano para novos espaços
- 4.3. Coimbra Golfe 360
- 4.4. Coimbra Arena
- 4.5. CAR – Coimbra Alto Rendimento
- 4.6. Desportos digitais, espaços digitais

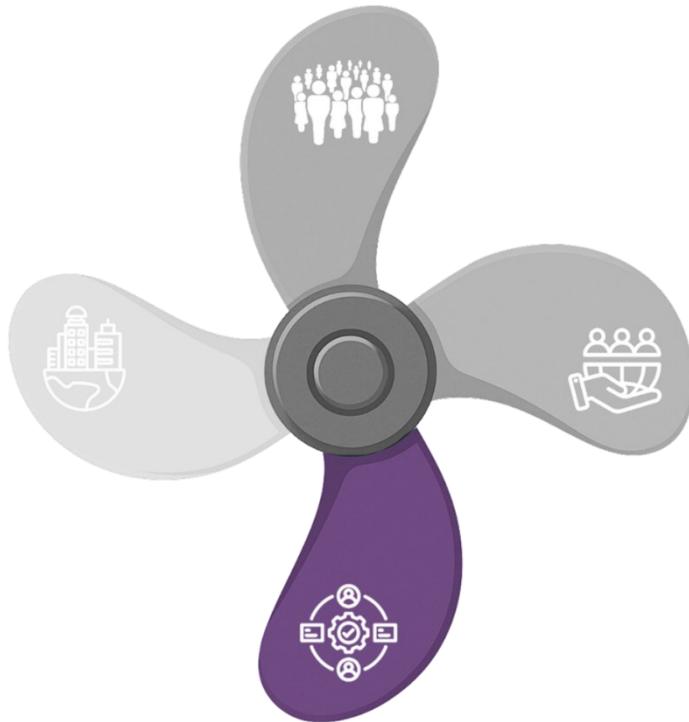
05. TERRITORIO ATIVO

- 5.1. Parques em Movimento
- 5.2. Viva o Mondego
- 5.3. Trilhar e Respirar na Serra

06. SUSTENTABILIDADE OPERACIONAL

- 6.1. Coimbra EcoActiva
- 6.2. Clubes Sustentáveis
- 6.3. Eventos com pegada positiva
- 6.4. Ecodesporto Escolar e Comunitário

ESTRATÉGIAS E PROGRAMAS



EIXO 3: FORTALECER – CAPACITAÇÃO, COOPERAÇÃO E PROFISSIONALISMO

07. FORMAR PARA LIDERAR

- 7.1. Escola de Formação Desportiva
- 7.2. Cartão de Competência Voluntária
- 7.3. Proteção e Ética no Desporto
- 7.4. Plataforma Digital “Forma+ Coimbra”

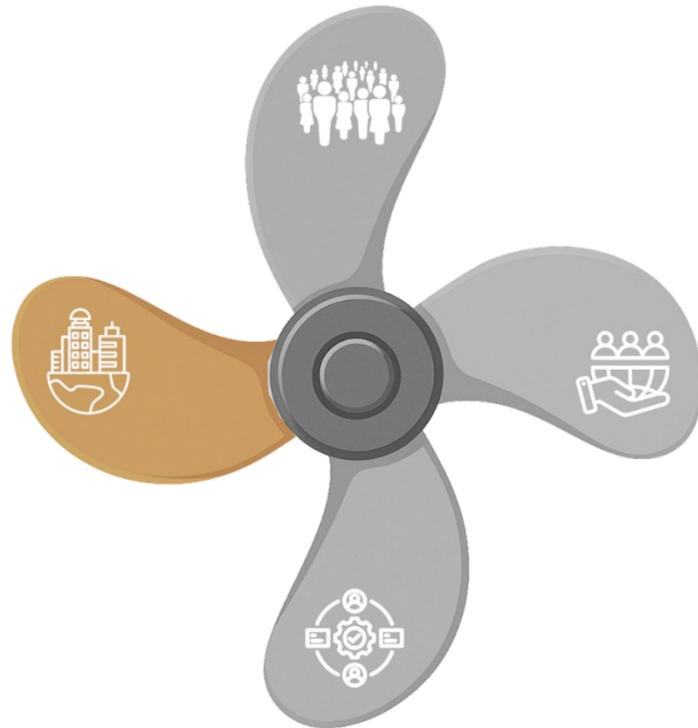
08. ORGANIZAÇÕES COM FUTURO

- 8.1. Assist+ Clube
- 8.2. Clube Aberto à Comunidade
- 8.3. Apoio Estratégico

09. GESTÃO PÚBLICA INOVADORA

- 9.1. Equipa+ Desporto Coimbra
- 9.2. Observatório do Desporto de Coimbra
- 9.3. Conselho Transversal do Desporto de Coimbra

ESTRATÉGIAS E PROGRAMAS



EIXO 4: TRANSFORMAR – INOVAÇÃO, CULTURA E IMPACTO

10. EVENTOS ESTRATÉGICOS E TURISMO DESPORTIVO

- 10.1. Circuito Coimbra Ativa
- 10.2. Património em Movimento
- 10.3. MediDesporto

11. CULTURA ATIVA

- 10.1. Circuito Coimbra Ativa
- 10.2. Coimbra Urbana

12. CIDADE ATIVA E INTELIGENTE

- 12.2. App Coimbra Ativa
- 12.2. Open Data desporto
- 12.3. Ativo Open Lab

PAINEL DE AVALIAÇÃO ESTRATÉGICA



INDICADORES GERAIS DO PLANO

Indicador	Unidade de Medida	Fonte / Frequência
Taxa de prática desportiva no concelho	% da população que pratica atividade física semanalmente	Inquérito bianual à população
Grau de implementação dos programas do Plano	% de programas com execução iniciada / concluída	Relatórios internos trimestrais
Equilíbrio territorial da oferta desportiva	Nº de freguesias com pelo menos 2 tipos de oferta desportiva ativa	Observatório do Desporto
Grau de satisfação com a política desportiva municipal	Índice médio (1-10) de satisfação dos utilizadores	Inquéritos de satisfação anuais
Volume de investimento público municipal em desporto	€ investidos por habitante	Orçamento municipal / relatório de contas
Nível de participação dos agentes no plano	Nº de entidades envolvidas ativamente na execução dos programas	Registo de parcerias e protocolos

EIXO 1: VIVER – SAÚDE, INCLUSÃO E PARTICIPAÇÃO

Indicador	Unidade de Medida	Fonte
Participação em programas comunitários de atividade física	Nº de participantes únicos por ano	Relatórios de programa
Cobertura de programas por faixa etária	% de faixas etárias cobertas com programação ativa	Avaliação programática
N.º de sessões de atividade física em espaços públicos	Total anual	Plataforma de gestão
Participação de públicos prioritários (idosos, migrantes, TEIP)	% sobre o total de participantes	Registos administrativos
N.º de educadores e professores envolvidos em ações de literacia motora	Total por ano	Parceiros educativos

EIXO 2: CUIDAR – ESPAÇOS, SUSTENTABILIDADE E ACESSIBILIDADE

Indicador	Unidade de Medida	Fonte
N.º de infraestruturas desportivas requalificadas	Total anual	Direção técnica municipal
Grau de acessibilidade física e sensorial das instalações	% de espaços com acessibilidade validada	Auditorias técnicas
N.º de novos espaços criados em zonas com lacunas territoriais	Total / por freguesia	Plano de equipamentos
Redução do consumo energético e hídrico	% de redução nos espaços requalificados	Monitorização ambiental
N.º de espaços digitais ou híbridos implementados	Total acumulado	Serviços técnicos / inovação

EIXO 3: FORTALECER – CAPACITAÇÃO, COOPERAÇÃO E PROFISSIONALISMO

Indicador	Unidade de Medida	Fonte
N.º de agentes formados pela Escola de Formação Desportiva	Total anual	Plataforma "Forma+ Coimbra"
N.º de clubes com plano estratégico ou plano de sustentabilidade	Total e % sobre o total de clubes apoiados	Clubes
Nível de adesão dos clubes ao Selo de Inclusão / Sustentabilidade	% sobre o total de clubes municipais	Registos de certificação
N.º de iniciativas de cooperação entre clubes, escolas e IPSS	Total por ano	Relatórios locais
Índice de maturidade organizacional dos clubes	Avaliação qualitativa em escalas definidas	Diagnóstico bianual

EIXO 4: TRANSFORMAR – INOVAÇÃO, CULTURA E IMPACTO

Indicador	Unidade de Medida	Fonte
N.º de eventos estratégicos realizados com selo EcoEvento+	Total anual e % do total de eventos apoiados	Candidaturas e relatórios
Utilização da App Coimbra Ativa	Nº de utilizadores ativos / sessões mensais	Dados da plataforma
N.º de datasets desportivos disponíveis em Open Data	Total acumulado	Portal SmartCity
Participação em experiências desportivas com valor cultural ou patrimonial	Nº de participantes / eventos realizados	Programas da Estratégia 12
N.º de projetos de inovação (startups, laboratórios, pilotos) apoiados	Total por ano	Incubadoras e laboratório municipal

CALENDÁRIO PARA O INÍCIO DOS PROCESSOS

A completar no início da nova legislatura 2025-2029

EIXO 1: VIVER – SAÚDE, INCLUSÃO E PARTICIPAÇÃO	2025					2026					2027					2028					2029					
	3T	4T	1T	2T	3T	4T	1T	2T	3T	4T	1T	2T	3T	4T	1T	2T	3T	4T	1T	2T	3T	4T	1T	2T	3T	4T
01. VIVER ATIVO COIMBRA																										
01.1. Infância em Movimento																										
01.2. Escola em Movimento																										
01.3. +Vida Sénior Ativa																										
01.4. Comunidade em Movimento																										
02. DESPORTO E SAÚDE PARA TODOS																										
2.1. Prescrição e Reabilitação Ativa																										
2.2. Movimento e Saúde Mental																										
2.3. Atividade Física Adaptada para Todos																										
2.4. Saúde em Rede: Parcerias e Eventos																										
2.5. Formação em Saúde e Exercício																										
03. IGUALDADE E INCLUSÃO ATRAVÉS DO DESPORTO																										
3.1. Acesso para todas as pessoas																										
3.2. Clube acolhedor e inclusivo																										
3.3. Mulheres em Jogo																										
3.4. Pontes pelo desporto																										
3.5. Formação em diversidade e inclusão																										
EIXO 2: CUIDAR – ESPAÇOS, SUSTENTABILIDADE E ACESSIBILIDADE																										
04. PATRIMONIO DESPORTIVO																										
4.1. Reabilitação da Rede Desportiva																										
4.2. Plano para novos espaços																										
4.3. Coimbra Golfe 360																										
4.4. Coimbra Arena																										
4.5. CAR – Coimbra Alto Rendimento																										
4.6. Desportos digitais, espaços digitais																										
05. TERRITÓRIO ATIVO																										
5.1. Parques em Movimento																										
5.2. Viva o Mondego																										
5.3. Trilhar e Respirar na Serra																										
06. SUSTENTABILIDADE OPERACIONAL																										
6.1. Coimbra EcoActiva																										
6.2. Clubes Sustentáveis																										
6.3. Eventos com pegada positiva																										
6.4. Ecodesporto Escolar e Comunitário																										

EIXO 3: FORTALECER – CAPACITAÇÃO, COOPERAÇÃO E PROFISSIONALISMO	2025					2026					2027					2028					2029					
	3T	4T	1T	2T	3T	4T	1T	2T	3T	4T	1T	2T	3T	4T	1T	2T	3T	4T	1T	2T	3T	4T	1T	2T	3T	4T
07. FORMAR PARA LIDERAR																										
7.1. Escola de Formação Desportiva																										
7.2. Cartão de Competência Voluntária																										
7.3. Proteção e Ética no Desporto																										
7.4. Plataforma Digital "Forma+ Coimbra"																										
08. ORGANIZAÇÕES COM FUTURO																										
8.1. Assist+ Clube																										
8.2. Clube Aberto à Comunidade																										
8.3. Apoio Estratégico																										
09. GESTÃO PÚBLICA INOVADORA																										
9.1. Equipa+ Desporto Coimbra																										
9.2. Observatório do Desporto de Coimbra																										
9.3. Conselho Transversal do Desporto de Coimbra																										
EIXO 4: TRANSFORMAR – INovação, CULTURA E IMPACTO																										
10. EVENTOS ESTRATÉGICOS E TURISMO DESPORTIVO																										
10.1. Circuito Coimbra Ativa																										
10.2. Património em Movimento																										
10.3. MediDesporto																										
11. CULTURA ATIVA																										
10.1. Circuito Coimbra Ativa																										
10.2. Coimbra Urbana																										
12. CIDADE ATIVA E INTELIGENTE																										
12.1. App Coimbra Ativa																										
12.2. Open Data desporto																										



PLANO ESTRATÉGICO MUNICIPAL DE
DESENVOLVIMENTO DESPORTIVO
COIMBRA