



14/15

março

SIMPÓSIO

Andebolito/FMH

1,5
U.C.

A construção do jovem jogador



INSCRIÇÃO:



Sexta-feira, 14 de março

Receção dos participantes e entrega da documentação

17:30-18:00 Sessão de abertura (Salão Nobre da FMH)

18:00-19:00 Presidente da FMH,
Presidente da Federação de Andebol de Portugal,
Associação Andebolito

19:00-20:00 José Palma
Orientações para a prevenção de lesões em jovens andebolistas
(Sessão teórica - Salão Nobre da FMH)

20:00-20:30 Coffee break

20:30-21:30 Jochen Bepler
Treino técnico-tático dos jogadores do escalão sub-16.
(Sessão teórica - Salão Nobre da FMH)

Sábado, 15 de março

9:00-10:00 Carlos Prieto
Treino técnico-tático dos jogadores do escalão sub-12.
(Sessão teórica - Salão Nobre da FMH)

10:00-11:00 Jochen Bepler
Treino técnico-tático do jovem jogador. Proposta metodológica para o escalão sub-16.
(Sessão prática - Pavilhão Herminio Barreto da FMH)

11:00-11:30 Coffee break

11.30-13.00 Francisco Sá Pessoa
Treino físico do jovem jogador e prevenção de lesões.
(Sessão teórico-prática - Pavilhão Herminio Barreto da FMH)

13:00-15:00 Almoço

15:00-16:00 Carlos Prieto
Treino técnico-tático do jovem jogador. Proposta metodológica para o escalão sub-12.
(Sessão prática - Pavilhão Herminio Barreto da FMH)

16:00-16:30 Encerramento do Simpósio

Inscrições: Até dia **10 de março** o valor de inscrição será de **30€** geral, **25€** para sócios ATAP e **10€** para os estudantes.
Estudantes da FMH - **INSCRIÇÃO GRATUITA**