
Jornadas Técnicas de Leiria
Controlo e avaliação do treino da resistência

Data(s): 17/03/2023

Carga horária: 3 horas

Local: Online (Plataforma Zoom)

Programa Horário

Horas	Tema	Formador
21:00 – 22:00	Controlo e Avaliação do Treino da Resistência	António Graça
22:00 – 23:00	Meios e métodos de Avaliação e Controlo da Resistência	António Graça
23:00 – 24:00	Testes de terreno - Metodologia	António Graça