

PROGRAMA PRELIMINAR

1 de abril de 2023 - SÁBADO

08:00 - 09:15	Receção e secretariado
09:15 - 10:00	100 anos de treino de Atletismo - Jorge Vieira
10:00 - 11:00	O Desporto do Futuro - Mesa Redonda
11:00 - 11:15	Coffee Break
11:15 - 12:00	Quadro Competitivo do Futuro - Mesa Redonda - António Fernandes (moderador)
12:00 - 12:45	Quadro de Referências de Treino para o Atletismo Juvenil - Pedro Pinto
12:45 - 14:00	Almoço
14:00 - 14:45	A Individualização do Treino: Atleta para um Método ou um Método para um Atleta? - João Abrantes
14:45- 15:15	A Qualificação para as grandes competições - O Novo Desafio do Atleta - João Abrantes e José Praia
15:15 - 16:00	O Atleta de Alto Rendimento do Futuro Mesa Redonda - João Abrantes; Alexandre Costa; José Silva (Adaptado)
16:00-16:15	Coffee Break
16:15 - 17:15	Campeões Olímpicos – Mensagens com Futuro - Mesa Redonda – António Fernandes (moderador)
17:15 - 17:35	Treino em Altitude
17:35 - 17:55	Coffee Break
17:55 - 18:15	Desafios e soluções do Treino de João Coelho - Vitor Zabumba
18:15 - 18:35	Desafios e soluções do Treino de Auriol Dongmo - Paulo Reis
18:35 - 18:55	Desafios e soluções do Treino de Patrícia Mamona - José Uva

