
Jornadas Técnicas de Leiria - Velocidade

Data(s): 31/03/2023 e 02/04/2023

Carga horária: 5 horas

Local: Plataforma Zoom e Estádio Municipal de Pombal

Programa Horário

31/03/2023 (online)

Horas	Tema	Formador
21:30 – 22:30	Avaliação/Correção dos principais erros técnicos na corrida velocidade	Rui Norte
22:30 – 23:30	Treino da velocidade em jovens iniciados e juvenis	Rui Norte

02/04/2023

Horas	Tema	Formador
09:00 – 10:30	Avaliação/Correção dos principais erros técnicos na corrida velocidade	Rui Norte
10:30 – 12:00	Treino da velocidade em jovens iniciados e juvenis	Rui Norte