

---

***Jornadas Técnicas de Lisboa -  
Lançamentos e Desporto Adaptado***

***Data(s): 18/11/2023***

***Carga horária: 5 horas***

***Local: Plataforma Zoom***

---

**Programa Horário**

<b>Horas</b>	<b>Tema</b>	<b>Formador</b>
14:00 – 15:30	Desporto Adaptado em Portugal	<b>Jorge Pina Bruno Rolim</b>
15:30 – 17:00	Fundamentos do treino do Lançamento do Disco	<b>Ricardo Monteiro</b>
17:00 – 19:00	Fundamentos do Treino do Lançamento do Martelo e Peso	<b>Paulo Reis</b>