

***Jornadas Técnicas de Leiria – Lançamento do Dardo***

***Data(s): 09/11/2024***

***Carga horária: 3 horas***

***Local: Centro Nacional de Lançamentos - Leiria***

**Programa Horário**

<b>Horas</b>	<b>Tema</b>	<b>Formador</b>
09:00 – 10:00	Contributos para a Formação de treinadores de lançamento do dardo	<b>Diogo Correia</b>
10:15 – 11:15	Exercícios Técnicos - Lançamento do dardo	<b>Diogo Correia</b>
11:15 – 12:15	Principais erros e correção técnica no lançamento do dardo	<b>Eduardo Moura</b>
12:15 – 14:30	Pausa para almoço	
14:30 – 15:30	Principais erros e correção técnica no lançamento do dardo	<b>Eduardo Moura</b>