

---

***Jornadas Técnicas de Lisboa – Provas Combinadas e Saltos***

***Data(s): 07/12/2024***

***Carga horária: 5 horas***

***Local: CAR Jamor***

---

**Programa Horário**

<b>Horas</b>	<b>Tema</b>	<b>Formador</b>
15:00 – 17:30	O Treino para as provas Combinadas	<b>Mário Aníbal</b>
17:30 – 20:00	O Treino para os Saltos Horizontais	<b>Mário Aníbal</b>