
Jornadas Técnicas de Lisboa – Meio Fundo

Data(s): 29/11/2025

Carga horária: 3 horas

Local: CAR Jamor

Programa Horário

29/11/2025

Horas	Tema	Formador
14:00 – 17:00	Fisiologia do exercício aplicada à corrida A importância dos indicadores fisiológicos no controlo do treino de meio-fundo e fundo	Manuel Nicolau

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES

