
Jornadas Técnicas de Portalegre - Corrida

Data(s): 21/12/2025

Carga horária: 6 horas

Local: Estádio Eduardo de Sousa Lima

Programa Horário

Horas	Tema	Formador
10:00 – 13:00	Técnica de Corrida: Fundamentos e Aplicações no Treino – sessão teórica	António Graça
13:00 – 15:00	Pausa para almoço	
15:00 – 18:00	Técnica de Corrida: Fundamentos e Aplicações no Treino – sessão prática	António Graça

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES

