
***Jornadas Técnicas de Viana do Castelo –
Salto em Altura e Salto com Vara***

Data(s): 20/12/2025

Carga horária: 6 horas

Local: Estádio Municipal Manuela Machado

Programa Horário

Horas	Tema	Formador
10:00 – 11:30	Salto com Vara em distância	Miguel Rios
11:30 – 13:00	Iniciação ao treino do Salto com Vara	Miguel Rios
13:00 – 14:30	Pausa para almoço	
14:30 – 16:00	Iniciação ao Salto em Altura	António Beça
16:00 – 17:30	Técnica e exercícios de Salto em Altura	António Beça

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES

