Jornadas Técnicas de Lisboa – O Treino de Força

Data(s): 25/11/2026 e 27/11/2026

Carga horária: 4 horas

Local: Online

Programa Horário

25/11/2026

Horas	Tema	Formador
21:00 – 23:00	Condição Física - O Treina da Força I	**Adam Ferreira**

27/11/2026

Horas	Tema	Formador
21:00 – 23:00	Condição Física - O Treina da Força II	**Adam Ferreira**

PARCEIROS INSTITUCIONAIS

WORLD ATHLETICS MEMBER FEDERATION · EUROPEAN ATHLETICS YOUR SPORT FOR LIFE · ipdj INSTITUTO PORTUGUÊS DO DESPORTO E JUVENTUDE · COMITÉ OLÍMPICO DE PORTUGAL · PARALÍMPICOS PORTUGAL

PATROCINADORES

PUMA · CA Crédito Agrícola · Vitalis · bp · RADIANT Desde 1948