

Federação de Triatlo de Portugal

VII CURSO DE TREINADORES DE NÍVEL 1

PROGRAMA HORÁRIO (Provisório)

Data	Unidade	Formadores
31/10		
19h30	Abertura	Presidente da FTP Director do Curso
20h	Ética	José Tavares
1/11		
9h	Nutrição	Custódio César
14h30	Desenvolvimento Motor	Paulo Alves
20h	Regulamentação, legislação	Nelson Laranjeira
2/11		
9h	Metodologia do Treino com jovens - Transições	Paulo Alves
7/11		
20h	Anatomofisiologia e Prevenção de Lesões	João de Almeida
8/11		
9h	Material Técnico de Triatlo	Paulo Pereira
14h30	Primeiros Socorros	Cruz Vermelha (FMH)
20h	Metodologia do Treino com jovens - Ciclismo	Fernando Correia
9/11		
9h	Metodologia do Treino com jovens - Natação	António Jourdan
14/11		
20h	Teoria e Metodologia do Treino	Sérgio Santos
15/11		
9h	Metodologia do Treino com jovens - Corrida	Carlos Carmino
14h30	Psicologia Desportiva	Sónia Sousa
20h	Avaliação	Paulo Alves