

(formação certificada para renovação do Título Profissional de Treinador de Atletismo)  
(formação em processo de certificação para efeitos de progressão na carreira docente – grupos 110, 160, 260 e 620)

### PROGRAMA

Sábado, 8/dez – Funchal (RG3)

Hora	Tema	Formador
10h00	Aspectos fundamentais no treino dos lançamentos (sessão prática com atletas)	Sérgio Cruz
12h00	Intervalo para almoço	

Sábado, 8/dez – Ribeira Brava

Hora	Tema	Formador
14h00	Aspectos fundamentais da intervenção psicológica no treino (sessão teórica)	Paulo Manica
16h00	Aspectos fundamentais no treino de barreiras (sessão teórica)	Manuel Almeida
17h00	Aspectos fundamentais no treino de barreiras (sessão prática com atletas)	Manuel Almeida
18h30	final dos trabalhos	

Domingo, 9/dez – Ribeira Brava

Hora	Tema	Formador
9h00	Aspectos fundamentais no treino dos lançamentos (sessão teórica)	Sérgio Cruz
10h00	Aspectos fundamentais no treino de saltos (sessão teórica)	Alcino Pereira
11h00	Aspectos fundamentais no treino de saltos (sessão prática com atletas)	Alcino Pereira
12h30	final dos trabalhos	

#### INSCRIÇÕES:

- O link para o **formulário de inscrição** está disponível no portal da AARAM ( [www.atletismomadeira.pt](http://www.atletismomadeira.pt) )

**Taxa de inscrição: 15 € ou 10 € \***

Notas: - \* treinadores c/ TPTD, treinadores estagiários, professores c/ grupo de atletismo no DE

- efetuar transferência para AARAM – IBAN: **PT50 0007 0322 0002 9000 0099 5**

Prazo limite para inscrição: 30 de novembro de 2018

Os formadores:

**Alcino Pereira**

- Professor de Ed. Física
- Diretor Técnico da AARAM

**Manuel Almeida**

- Professor do Ensino Básico (variante de Ed. Física)
- Treinador de Atletismo da ADRAP

**Paulo Manica**

- Psicólogo
- Consultor em psicologia do desporto

**Sérgio Cruz**

- Professor do Ensino Básico (variante de Ed. Física)
  - Treinador de Atletismo da ACDSJ
-