

# CASCAIS SPORTS WEEKEND

**18 . 19** FEV'17  
10h00 • 19h00  
**Centro de Congressos**  
ESTORIL ENTRADA GRATUITA\*  
**WORKSHOPS**

## **DIA 18 • SALA 1**

**10h00-11h30** | DOR SÚBITA EM ATLETAS \*

Enf<sup>o</sup> Fernando Carmo | Federação de Ginástica de Portugal

**11h45 - 13h15** | TRAUMATOLOGIA NO DESPORTO \*

Enf<sup>o</sup> Fernando Carmo | Federação de Ginástica de Portugal

**14h30 - 16h00** | O APERFEIÇOAMENTO TÉCNICO EM NATAÇÃO \*\*

Prof<sup>a</sup> Joana Reis | Federação Portuguesa de Natação

**16h15 - 17h45** | ASPETOS FUNDAMENTAIS PARA UM PLANEAMENTO A LONGO PRAZO DO SURFISTA \*\* Prof<sup>o</sup> Miguel Moreira | Federação Portuguesa de Surf

## **DIA 18 • SALA 2**

**10h00 - 11h30** | NUTRIÇÃO DESPORTIVA \*

Prof<sup>a</sup> Cláudia Menderico / MANZ Formação

**11h45 - 13h15** | GESTÃO DO TEMPO \*/ Prof<sup>a</sup> Carla Gaspar | MANZ Formação

**14h30 - 16h00** | BOAS PRÁTICAS NA SAÚDE DO DESPORTISTA | Dr. Raul Pacheco

**16h00 - 19h00** | O TREINADOR PORTUGUÊS NO ESTRANGEIRO:

UMA EXPERIÊNCIA EM ANGOLA \* - Prof. João Paulo Costa

PRÁTICAS EFICAZES DE LIDERANÇA: REFLEXÕES A PARTIR DA PRÁTICA \*

Prof. Pedro Almeida | Associação de Futebol de Lisboa

## **DIA 19 • SALA 1**

**10h00 - 13h00** | BASIC GYM \*

Prof<sup>o</sup> Paulo Barata / Federação de Ginástica de Portugal

**14h15 - 15h45** | ALTERAÇÕES ÀS LEIS DO JOGO DE FUTEBOL \*\*

Duarte Gomes (ex. árbitro Internacional) | Associação de Futebol de Lisboa

## **DIA 19 • SALA 2**

**10h00 - 11h30** | LIDERANÇA NO DESPORTO \* | Prof<sup>o</sup>. Tomaz Morais / Manz

**11h45 - 13h15** | INICIAÇÃO AO RUGBY NAS ESCOLAS E NOS CLUBES \*\*

Prof<sup>o</sup> João Moura / Federação Portuguesa de Rugby

**14h15 - 15h45** | GESTÃO DO RISCO EM EQUIPAMENTOS DESPORTIVOS

Helena Menezes | RiskVision

\* Certificação de Unidades Crédito (proporcional 1 UC = 5h de formação presencial) Componente de formação geral

\*\* Certificação de Unidades Crédito (proporcional 1 UC = 5h de formação presencial) Componente de formação Específica

cascais.pt

\*INSCRIÇÃO PRÉVIA ATÉ DIA 15 DE FEVEREIRO, EM CASCAIS.PT

**CASCAIS** Tudo começa  
nas pessoas