



**CONVOCATÓRIA
SELECÇÃO NACIONAL – TREINO ESPECÍFICO**

DIA 18 SETEMBRO DE 2007

CONCENTRAÇÃO – às 09H00

LOCAL: PAVILHÃO LEÕES DE PORTO SALVO – PORTO SALVO

N.º	NOME	P.E.	CLUBE	SEL.
1	ANDRÉ VILHENA	GR	BELENENSES	JUN B
2	JOSÉ LOPES	GR	AMADORA	JUN A
3	ANTÓNIO AREIA	LD	BENFICA	JUN B
4	PEDRO SOARES	LD	SISMARIAS	JUN C
5	EDGAR VERAS	LE	AMADOR POMBAL	JUN B
6	PEDRO PINHEIRO	LE	BELENENSES	JUN B
7	SERGIO BARROS	LE	BELENENSES	JUN C
8	GUILHERME MARQUES	C	SISMARIAS	JUN C
9	RUBEN PACHECO	C	SPORTING	JUN A
10	PAVEL TSIUNCHYK	C	BENFICA	JUN A
11	PEDRO PORTELA	PD	SPORTING	JUN B
12	BELONE MOREIRA	PD	P. MANUEL	JUN B
13	PEDRO DELGADO	PD	BELENENSES	JUN B
14	ALEXANDRE PEREIRA	PE	BELENENSES	JUN B
15	JOÃO PAIS	PE	BENFICA	JUN A
16	JOÃO ANTUNES	PV	BENFICA	JUN A
17	PEDRO NUNES	PV	BELENENSES	JUN C
18	DIOGO GODINHO	PV	SPORTING	JUN B

MATS OLSSON	Treinador
LUÍS MONTEIRO	Treinador
HELENA SERAFIM	Treinadora
JOSÉ CARVALHO	S. Técnico
JOÃO LEITÃO	Fisioterapeuta

Nota: Os atletas deverão ser portadores de sapatilhas de pavilhão e de corrida (para exterior).

PROGRAMA:

09H30 – 11H00 – PAVILHÃO
 11H15 – 11H45 – CORRIDA EXTERIOR
 12H00 – 13H00 – MUSCULAÇÃO
 13H30 - ALMOÇO