



**CONVOCATÓRIA
SELECÇÃO NACIONAL – TREINO ESPECÍFICO**

DIA 19 SETEMBRO DE 2007

CONCENTRAÇÃO – às 09H00

LOCAL: Pavilhão Municipal da Póvoa de Varzim

N.º	NOME	P.E.	CLUBE	SEL.
1	HENRIQUE CARLOTA	GR	S. BERNARDO	JUN B
2	BRUNO DIAS	GR	ABC BRAGA	JUN A
3	PEDRO MARQUES	C	S. BERNARDO	JUN B
4	NUNO SILVA	C/LE	F. HOLANDA	JUN B
5	TIAGO PEREIRA	C	ABC BRAGA	JUN A
6	RUI SILVA	C	F. HOLANDA	JUN B
7	PEDRO MAIA	LD	S. BERNARDO	JUN A
8	MIGUEL SARMENTO	LD	ABC BRAGA	JUN B
9	JOSÉ ROLO	LD	ABC BRAGA	JUN A
10	JORGE SILVA	LD	FC PORTO	JUN A
11	NUNO REBELO	LD	ABC BRAGA	JUN B
12	PEDRO TEIXEIRA	1ªL	SP. ESPINHO	JUN A
13	DAAN GARCIA	UNI	SP. ESPINHO	JUN C
14	HUGO ROSÁRIO	LE	ABC BRAGA	JUN B
15	TIAGO CUNHA	LE	F. HOLANDA	JUN C
16	FÁBIO MAGALHÃES	LE	ABC BRAGA	JUN A
17	DUARTE RIBEIRO	LE	ISMAI	JUN A
18	CÉSAR GONÇALVES	PD	F. HOLANDA	JUN A
19	HUGO SILVA	PE	ÁGUAS SANTAS	JUN B
20	FÁBIO ANTUNES	PE	ABC BRAGA	JUN A
21	MARINO MACHADO	PIV	F. HOLANDA	JUN B
22	JOÃO GONÇALVES	PIV	FAFE	JUN A
23	RICARDO PESQUEIRA	PIV	ÁGUAS SANTAS	JUN B

ROLANDO FREITAS	Treinador
DRAGOSLAV PUNOSEVAC	Treinador
JOSÉ CARLOS	S. Técnico
LUÍS PINTO	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