



Comunicado Oficial N°19

27-01-2015

Associação de Andebol de Leiria

Apartado 416 »2410-114 Leiria
E-Mail: mail.aaleiria@gmail.com

Época 2014 / 2015

COMUNICADO OFICIAL N.º 19

Distribuição: Clubes Filiados, FAP, Associações Regionais, Quadros de Arbitragem e Comunicação Social.



DIRECÇÃO

1.1 FACEBOOK

Visita a nossa página no Facebook, faz um like 😊!



Solicita-se a todos os clubes, o envio dos cartazes semanais das suas actividades andebolísticas, de forma a publicar, divulgar e promover na N/ página de facebook. ☺

mail.aaleiria@gmail.com

1.2 DISCIPLINA

Reunião direcção: 26.01.2015

Nome	Cipa	Clube	Sanção	Artigo	Prova	Data
Daniel Almeida	199861	AEDF Roupinho	3 Jogos	Artº 37º RD FAP	PO.08 Jogo 320- Camp.Nac.Ini.Mas.	25.01.2015



Comunicado Oficial N°19

27-01-2015

Associação de Andebol de Leiria

Apartado 416 »2410-114 Leiria
E-Mail: mail.aaleiria@gmail.com

Época 2014 / 2015 COMUNICADO OFICIAL N.º 19

Distribuição: Clubes Filiados, FAP, Associações Regionais, Quadros de Arbitragem e Comunicação Social.

DESPORTIVO

2.1 AGENDA

DATA	ACTIVIDADE	LOCAL
31.01.2015	Data limite inscrição p/ CN Veteranos	Sede AAL
08.02.2015	FESTAND GLOBAL - Organização: CC ANSIÃO (14:30H)	Sede AAL
22 /03/2015	FESTAND GLOBAL - Organização: AEDF ROUPINHO	Sede AAL
23/03/2015	Reunião Escalão Minis - 19.30 H	Sede AAL
29.03 a 02.04.2014	XXVIII NAZARÉ CUP	Nazaré
25/04/2015	FESTAND GLOBAL - Organização: SIR 1º MAIO	Sede AAL
17/05/2015	FESTAND GLOBAL - Organização: JUVE LIS (14:30H)	Sede AAL
10/06/2015	FESTAND GLOBAL - Organização: BATALHA AC	Sede AAL

2.2 BAMBIS GLOBAL

ORGANIZAÇÃO: CC ANSIÃO

DATA: 08 Fevereiro 2015

CONCENTRAÇÃO: 14.30 horas - Pav. Ansião

CLUBE	BAMBIS
CC Ansião AC Sismaria	<u>01 Equipa</u> <u>01 Equipa</u>

Nota: O CC Ansião oferece lanche

2.3 CAMPEONATO NACIONAL VETERANOS

Devem os clubes interessados em participar, fazer a inscrição da Equipa até ao próximo dia 31 janeiro 2015, por mail, para mail.aaleiria@gmail.com



Comunicado Oficial N.º 19

27-01-2015

Associação de Andebol de Leiria

Apartado 416 »2410-114 Leiria
E-Mail: mail.aaleiria@gmail.com

Época 2014 / 2015 COMUNICADO OFICIAL N.º 19

Distribuição: Clubes Filiados, FAP, Associações Regionais, Quadros de Arbitragem e Comunicação Social.

2.4 CANDIDATURAS PROVAS

(1.ºs 4.º classificados - Só equipas filiadas na AAL, conforme reunião clubes de 04.09.2014)

PROVA	FOR. DISPUTA	DATA	HORA	LOCAL
Taça Pedro Afra - Sen. Mas.	1º / 4º	14.02.2015	16.00	JUVE LIS
	2º / 3º	14.02.2015	18.00	
	Vencedores	21.02.2015	16.00	
Taça Rui Faria - Sen. Fem.	2º / 3º	07.02.2015	17.00	BATALHA
	Vencedor / 1º	28.02.2015	17.00	
Taça AA Leiria - Jun. Mas.	1º / 4º	22.02.2015		SIR 1º MAIO
	2º / 3º	22.02.2015		
	Vencedores	01.03.2015		
Taça AA Leiria - Jun. Fem.	1º / 4º	08.02.2015	16.00	JUVE LIS
	2º / 3º	08.02.2015	18.00	
	Vencedores	15.02.2015	16.00	
Taça AA Leiria - Juv. Fem.	1º / 4º	07.02.2015		SIR 1º MAIO
	2º / 3º	07.02.2015		
	Vencedores	14.02.2015		
Taça AA Leiria - Inic. Mas.	1º / 4º	22.02.2015	15.00	BATALHA
	2º / 3º	22.02.2015	17.00	
	Vencedores	01.03.2015	16.00	
Taça AA Leiria - Inic. Fem.	1º / 4º	08.02.2015		A INDICAR
	2º / 3º	08.02.2015		
	Vencedores	15.02.2015		





Comunicado Oficial N.º 19

27-01-2015

Associação de Andebol de Leiria

Apartado 416 »2410-114 Leiria
E-Mail: mail.aaleiria@gmail.com

Época 2014 / 2015

COMUNICADO OFICIAL N.º 19

Distribuição: Clubes Filiados, FAP, Associações Regionais, Quadros de Arbitragem e Comunicação Social.

TÉCNICO

3.1 CURSO TREINADORES GRAU 2 - PROGRAMA PROVISÓRIO

DISCIPLINAS			
Componente Geral - Psicologia do Desporto	Data	Hora	Local
Organização do Comportamento do Praticante e a Gestão de Objectivos	21-Fev	9h-13h e 14h30-18h30	Sede AAL
Análise da Prestação Individual			
Emoções e a Prática Desportiva			
Coesão e Ambiente de Grupo			
A Formação Ética do Praticante			
Componente Geral - Pedagogia do Desporto	Data	Hora	Local
Papel do Treinador de Grau II e da Pedagogia na formação dos Praticantes e no Processo de Desenvolvimento Desportivo	22-Fev	9h-13h e 14h30-18h30	Sede AAL
A Intervenção Pedagógica no Treino e na Competição			
Os Pais na Prática Desportiva das Crianças e Jovens	28-Fev	09h-11h	
Componente Geral - Teoria e Metodologia do Treino Desportivo	Data	Hora	Local
Fundamentos do Treino Desportivo	14-Mar	9h-13h	Sede AAL
O Treino das Qualidades Físicas: Resistência			
O Treino das Qualidades Físicas: Velocidade			
O Treino das Qualidades Físicas: Força	14-Mar	14h30-19h00	Sede AAL
O Treino das Qualidades Físicas: Flexibilidade			
O Treino das Capacidades Coordenativas			
Planeamento e Periodização do Processo Anual de Treino Desportivo	15-Mar	9h30-13h	Sede AAL
Treino da Técnica e da Tática	15-Mar	14h-18h	Sede AAL
Teoria da Competição Desportiva			
Componente Geral - Ética e Deontologia Profissional	Data	Hora	Local
Importância da Formação de Treinadores como Factor de Desenvolvimento Desportivo	28-Fev	11h-13h	Sede AAL
Ética Desportiva e Deontologia Profissional			
Ser Treinador: Saber Estar e Saber Ser			





Comunicado Oficial N.º 19

27-01-2015

Associação de Andebol de Leiria

Apartado 416 »2410-114 Leiria
E-Mail: mail.aaleiria@gmail.com

Época 2014 / 2015

COMUNICADO OFICIAL N.º 19

Distribuição: Clubes Filiares, FAP, Associações Regionais, Quadros de Arbitragem e Comunicação Social.



DISCIPLINAS			
Componente Geral - Luta Contra a Dopagem	Data	Hora	Local
Fundamentos da Luta Contra a Dopagem	28-Fev	14h30-18h30	Sede AAL
Componente Geral - Fisiologia do Exercício	Data	Hora	Local
Noção de Adaptação Fisiológica	1-Mar	9h-13h	Sede AAL
Bioenergética Muscular		e 14h30-18h30	
Fisiologia Cardiorespiratória			
Componente Geral - Biomecânica do Desporto	Data	Hora	Local
Introdução à Biomecânica	21-Mar	11h-13h e 14h30-18h30	Sede AAL
Das Leis do Movimento de Newton e das Interpretações de Euler à análise da Técnica Desportiva			
A Biomecânica na Avaliação do Movimento Desportivo e no Fornecimento de Feedback's ao Praticante			
Componente Geral - Nutrição, Treino e Competição	Data	Hora	Local
Requisitos Energéticos do Atleta	22-Mar	9h-13h	Sede AAL
A Dieta de Treino e de Competição			
Hidratação e Fluídos no Atleta			
Suplementos Dietéticos e Potenciadores Ergogénicos			
Componente Geral - Traumatologia do Desporto	Data	Hora	Local
Conceitos em Traumatologia do Desporto	22-Mar	14h-18h	
Fisiologia da Reparação Tecidual Pós-lesão			
Componente Geral - Desporto para Pessoas com Deficiência	Data	Hora	Local
Desporto para Pessoas com Deficiência	11-Abr	11h-13h	Sede AAL
Ajudas Técnicas			
Noções de Elegibilidade e Classificação			

DISCIPLINAS			
Componente Específica - Caracterização do Jogo	Data	Hora	Local
Caracterização do Jogo	12-Abr	9h-13h	A definir
Componente Específica - Regras do Jogo e Regulamentos Específicos	Data	Hora	Local
Regras do Jogo de Andebol	11-Abr	09h-11h	Sede AAL
Regulamentos Específicos			
Componente Específica - Meios de Ensino do Jogo	Data	Hora	Local
Pedagogia do Andebol	18-Abr	11h-13h e 14h30-18h30	Sede AAL e Pav. a definir



Comunicado Oficial N.º 19

27-01-2015

Associação de Andebol de Leiria

Apartado 416 »2410-114 Leiria
E-Mail: mail.aaleiria@gmail.com

Época 2014 / 2015 COMUNICADO OFICIAL N.º 19

Distribuição: Clubes Filiados, FAP, Associações Regionais, Quadros de Arbitragem e Comunicação Social.



Exercícios	19-Abr	9h-13h	Sede AAL
	25-Abr	16h-18h	A definir
Jogo	18-Abr	9h-11h	Sede AAL
	19-Abr	14h30-18h30	A definir
Componente Específica - Componentes do Jogo			
Acções Individuais Ofensivas	25-Abr	9h-13h	Sede AAL
	25-Abr	14h-16h	A definir
	26-Abr	9h-13h e 14h30-18h30	A definir
Acções Individuais Defensivas	1-Mai	9h-13h e 14h30-18h30	A definir
Tática Individual	2-Mai	10h-12h	Sede AAL
		14h-18h	A definir
Componente Específica - Métodos e Sistemas de Jogo			
Acções Colectivas Ofensivas	17-Mai	9h-13h	A definir
Acções Colectivas Defensivas	3-Mai	9h-13h e 14h30-18h30	A definir
Sistemas de Jogo	16-Mai	9h-13h e 14h30-18h30	A definir
Componente Específica - Andebol Adaptado			
Acções Individuais Ofensivas	4-Abr	14h30-18h30	Pav. Maceira
Acções Individuais Defensivas			
Componente Específica - Andebol Praia			
Acções Individuais Ofensivas	17-Mai	14h30-18h30	A definir
Acções Individuais Defensivas			
Avaliação	6-Jun	A definir	A definir



Comunicado Oficial N.º 19

27-01-2015

Associação de Andebol de Leiria

Apartado 416 »2410-114 Leiria
E-Mail: mail.aaleiria@gmail.com

Época 2014 / 2015

COMUNICADO OFICIAL N.º 19

Distribuição: Clubes Filiados, FAP, Associações Regionais, Quadros de Arbitragem e Comunicação Social.

ARBITRAGEM

4.1 AGENDA

DATA	ACTIVIDADE	LOCAL
31.01.2015	Data limite para Curso de Árbitros e Escola Arbitragem	Sede AAL

ANDEBOL 4 ALL

5.1 AGENDA

DATA	ACTIVIDADE	LOCAL
28.02.2015	Acção Formação	CMRRC Rovisco Pais
Terças-feiras	Treinos Andebol Cadeira Rodas - 22.00/24.00 Horas	Pav. Maceira
Terças-feiras	Treinos Andebol adaptado 5X5 - 18.15/19.30 Horas	Pav. Batalha
Quartas Feiras	Treinos Andebol adaptado 5x5 - 14.30/15.30 Horas	Pav. Alcobaça
Quintas Feiras	Treinos Andebol Cadeira Rodas - 22.00/24.00 Horas	Pav. Maceira
Sábados	Treinos Andebol adaptado 5X5 - 09.15/10.30 Horas	Pav. Batalha

Leiria, 27 janeiro 2015
A Direcção

