



## Comunicado Oficial N°20

03-02-2015

Associação de Andebol de Leiria

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

Época 2014 / 2015

### COMUNICADO OFICIAL N.º 20

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](mailto:mail.aaleiria@gmail.com)

### 1.2 DISCIPLINA

Reunião direcção: 02.fev.2015

Nome	Cipa	Clube	Sanção	Artigo	Prova	Data
Rui Pereira	77570	Juve Lis	3 Jogos	Artº 37º RD FAP	PO.03 Jogo 211- Camp.Nac.Sen.Mas.	31.01.2015



# Comunicado Oficial N°20

03-02-2015

Associação de Andebol de Leiria

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

## Época 2014 / 2015 COMUNICADO OFICIAL N.º 20

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

# DESPORTIVO

### 2.1 AGENDA

DATA	ACTIVIDADE	LOCAL
08.01.2015	Data limite inscrição p/ CN Veteranos	Sede AAL
08.02.2015	FESTAND GLOBAL - Organização: CC ANSIÃO (14:30H)	Sede AAL
20 a 22/03/2015	Torneio Internacional Feminino - Selecções	Leiria
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
18 a 21/06/2015	Encontro Nacional Infantis Masculinos e Femininos	Leiria

### 2.2 BAMBIS GLOBAL

ORGANIZAÇÃO: CC ANSIÃO

DATA: 08 Fevereiro 2015

CONCENTRAÇÃO: 14.30 horas - Pav. Ansião

CLUBE	BAMBIS
CC Ansião	01 Equipa
AC Sismaria	01 Equipa
Juve Lis	02 Equipas
Batalha AC	01 Equipa
NDA Pombal	01 Equipa

Nota: O CC Ansião oferece lanche



## Comunicado Oficial N.º 20

03-02-2015

Associação de Andebol de Leiria

Apartado 416 »2410-114 Leiria  
E-Mail: [mail.aaleiria@gmail.com](mailto:mail.aaleiria@gmail.com)

Época 2014 / 2015

### COMUNICADO OFICIAL N.º 20

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

#### 2.3 CAMPEONATO NACIONAL VETERANOS

Devem os clubes interessados em participar, fazer a inscrição da Equipa até ao próximo dia 08 fevereiro 2015, por mail, para [mail.aaleiria@gmail.com](mailto:mail.aaleiria@gmail.com)

#### 2.4 TAÇAS AA LEIRIA

(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	01.03.2015	17.00	
Taça AA Leiria - Jun. Mas.	1º / 4º	22.02.2015	17.00	SIR 1º MAIO
	2º / 3º	22.02.2015	15.00	
	Vencedores	01.03.2015	16.00	
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	12.00	SIR 1º MAIO
	2º / 3º	07.02.2015	10.00	
	Vencedores	07.02.2015	17.00	
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	10.00	NAZARÉ
	2º / 3º	08.02.2015	11.45	
	Vencedores	08.02.2015	16.30	

Nota: Calendario de jogos das meias finais já disponiveis no sistema da FAP.  
Os Clubes organizadores são responsaveis pelos boletins de jogo on line.



# Comunicado Oficial N.º 20

03-02-2015

Associação de Andebol de Leiria

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

Época 2014 / 2015

## COMUNICADO OFICIAL N.º 20

Distribuição: Clubes Filiaados, 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 20

03-02-2015

Associação de Andebol de Leiria

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

Época 2014 / 2015

## COMUNICADO OFICIAL N.º 20

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



### DISCIPLINAS

<b>Componente Geral - Luta Contra a Dopagem</b>	<b>Data</b>	<b>Hora</b>	<b>Local</b>
Fundamentos da Luta Contra a Dopagem	28-Fev	14h30-18h30	Sede AAL
<b>Componente Geral - Fisiologia do Exercício</b>	<b>Data</b>	<b>Hora</b>	<b>Local</b>
Noção de Adaptação Fisiológica	1-Mar	9h-13h e 14h30-18h30	Sede AAL
Bioenergética Muscular			
Fisiologia Cardiorespiratória			
<b>Componente Geral - Biomecânica do Desporto</b>	<b>Data</b>	<b>Hora</b>	<b>Local</b>
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			
<b>Componente Geral - Nutrição, Treino e Competição</b>	<b>Data</b>	<b>Hora</b>	<b>Local</b>
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			
<b>Componente Geral - Traumatologia do Desporto</b>	<b>Data</b>	<b>Hora</b>	<b>Local</b>
Conceitos em Traumatologia do Desporto	22-Mar	14h-18h	
Fisiologia da Reparação Tecidual Pós-lesão			
<b>Componente Geral - Desporto para Pessoas com Deficiência</b>	<b>Data</b>	<b>Hora</b>	<b>Local</b>
Desporto para Pessoas com Deficiência	11-Abr	11h-13h	Sede AAL
Ajudas Técnicas			
Noções de Elegibilidade e Classificação			

### DISCIPLINAS

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



# Comunicado Oficial N.º 20

03-02-2015

Associação de Andebol de Leiria

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

## Época 2014 / 2015 COMUNICADO OFICIAL N.º 20

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
<b>Componente Específica - Componentes do Jogo</b>			
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
<b>Componente Específica - Métodos e Sistemas de Jogo</b>			
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
<b>Componente Específica - Andebol Adaptado</b>			
Acções Individuais Ofensivas	4-Abr	14h30-18h30	Pav. Maceira
Acções Individuais Defensivas			
<b>Componente Específica - Andebol Praia</b>			
Acções Individuais Ofensivas	17-Mai	14h30-18h30	A definir
Acções Individuais Defensivas			
<b>Avaliação</b>	6-Jun	A definir	A definir



## Comunicado Oficial N.º 20

03-02-2015

Associação de Andebol de Leiria

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

Época 2014 / 2015

### COMUNICADO OFICIAL N.º 20

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

# ARBITRAGEM

## 4.1 AGENDA

DATA	ACTIVIDADE	LOCAL
15.02.2015	Data limite para Curso de Árbitros e Escola Arbitragem	Sede AAL

# ANDEBOL 4 ALL

## 5.1 AGENDA

DATA	ACTIVIDADE	LOCAL
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, 03 fevereiro 2015  
A Direcção

