

Dia 1 de Julho

18h30 – 20h00 – **Paulo Sá** – *“Aspectos Técnicos e táticos da posição específica de guarda-redes”*.

20h00 – 20h15 – *Intervalo*

20h15 – 21h15 – **Paulo Sá** – *“Aspectos Técnicos e táticos da posição específica de guarda-redes”*.

Dia 2 de Julho

10h00 – 11h30 – **Paulo Sá** – *“Aspectos da Condição Física Específica”*

11h30 – 11h45 – *Intervalo*

11h45 – 12h45 – **Paulo Sá** – *“Aspectos da Condição Física Específica”*

12h45 – 14h30 – *Almoço*

14h15 – 15h30 – **António Santos** – *“Planificação da Defesa”*

15h30 – 15h45 – *Intervalo*

15h45 – 16h45 – **António Santos** – *“Construção do Sistema Defensivo”*

16h45 – 17h00 – *Intervalo*

17h00 – 18h00 – **António Santos** – *“Transição Ataque-Defesa”*

Dia 3 de Julho

09h00 – 11h00 – **Jordi Ribera** – *“Ofensivo Contra Defesa 5.1/4:2 Mixta o Combinada”*

11h00 - 11h15 – Intervalo

11h15 – 13h00 – **Jordi Ribera** – Pratica (**Pavilhão Municipal do Alto do Moinho**)

13h00 – 14h30 - Almoço

14h30 – 15h30 – **Jordi Ribera** – *“Preparacion Y Dirección de Equipo en un Juego”*

15h30 – 15h45 - Intervalo

15h45 – 17h15 – **Jordi Ribera** – *“Preparacion Y Dirección de Equipo en un Juego (cont)*

17h15 – Fim do 4º Bloco do 1º Curso de Grau 4/EHF Pro Master Coach Turma C