



## **Curso Árbitros Nível 1 – 30 Novembro, 1 e 7 Dezembro 2019**

### **PROGRAMA:**

#### Sábado – 30 Novembro 2019 - Sede da A.A.Braga

- 14h00 - Receção e Entrega de Documentos
- 14h30 - Modulo Enquadramento da Modalidade
  - . Preparação Física do Árbitro
  - . Comunicação e Motivação
  - . Primeiros Socorros
  - . Organização da Modalidade
- 19h30 - Jantar
- 21h00 - Regras
- 23h00 - Final

#### Domingo – 1 Dezembro 2019 - Sede da A.A.Braga

- 09h00 - Modulo Regras
- 13h00 - Almoço
- 14h30 - Modulo Regras
- 16h30 - Modulo - Técnica de Arbitragem (teórica)
- 19h30 - Fecho

#### Sábado – 7 Dezembro 2019 - Sede da AAB e Pavilhão

- 09h00 - Modulo - Técnica de Arbitragem (Prática)
- 13h00 - Almoço
- 14h00 - Modulo - Técnica de Arbitragem (Prática)
- 18h00 - Avaliação Escrita
- 19h00 - Encerramento do Curso
- 19h15 - Fecho