

**LISTA CONVOCADOS**

**SELEÇÃO NACIONAL ANDEBOL CADEIRA DE RODAS (ACR)**

**ESTÁGIO – 14/15 de Março de 2020**

**CONCENTRAÇÃO: às 15:00 – Grande Hotel do Luso (Luso)**

CIPA	ATLETA	CLUBE
229685	Marco Francisco (GR)	APD Leiria
229298	Iderlindo Gomes	APD Leiria
123411	João Jerónimo	APD Leiria
229295	João Pedro	APD Leiria
229278	Maria Albertina Relvas	APD Leiria
229303	Ricardo Queirós	APD Porto
229309	Adriano Mendes	APD Porto
229721	Pedro Marques (GR)	APD Porto (CR)
229722	Etelvina Vieira	APD Porto (CR)
	Diana Machado	APD Porto (CR)
229220	Euclides Soares	CN Setubalense/UDI (CR)
229197	Eduardo Ferreira	CPSM/AMAL (CR)

*Coordenador: Joaquim Escada*

*Selecionador: Danilo Ferreira*

*Fisoterapeuta: Daniela Faria*

## Programa do Estágio

### **Dia 14 Março**

Concentração 15:00

Treino 15:30/19:30

Jantar 20:00

Recolher 23:00

### **Dia 15 Março**

Pequeno Almoço 9:00

Treino 10:00 /11:30

Almoço 12:30

Treino 15:00 / 16:30

17:00 Encerramento do Estágio