

CIRCULAR Nº 05/17

15/05/17

DISTRIBUIÇÃO: Clubes ANMinho; Técnicos ANMinho; Direção ANMinho;

ASSUNTO: Seleção de atletas – 2º Estágio de Capacitação Técnica de Infantis

Exmos. Srs.

Dando cumprimento ao plano de atividades 2016-2017, e considerando os critérios definidos e divulgados em www.anminho.pt, segue a lista de atletas selecionados para o 2º Estágio de Capacitação Técnica de Infantis da época, a realizar no próximo dia **21 de maio** em Lamego:

MASCULINOS		FEMININOS	
Lucas Medeiros Pereira	SCB	Inês Prior Oliveira	EDV
André Magusteiro Cunha	SCB	Maria Isabel Afonso	SCB
Pedro Xavier Barbosa	EDV	Maria Manuel Neves	SCB
David Miguel Cruz	SCB	Marta Luísa Novo	VNC

Todas as equipas com atletas selecionados deverão indicar um treinador para acompanhar os trabalhos no estágio.

Plano do estágio:

Domingo, 21 de maio

07h30 – Saída de Viana do Castelo (atletas VNC e EDV);

08h00 – Saída de Braga (atletas SCB)

10h00 – concentração dos atletas na piscina em Lamego;

10h30 – início da 1ª sessão de trabalhos – avaliação técnica e condicional;

12h30 – almoço;

15h30 - início da 2ª sessão de trabalhos – avaliação técnica e condicional;

17h30 – encerramento dos trabalhos - conclusão do estágio;

19h30 – chegada prevista a Braga;

20h00 – chegada prevista a Viana do Castelo.

Os atletas deverão levar equipamento para treino de água, com a touca dos respetivos clubes, e treino em seco para as 2 sessões do estágio. O transporte e as refeições dos atletas e treinadores são da responsabilidade da ANMinho. Acompanha a comitiva o DTR da ANMinho.

Pela ANMinho



Pedro Cruz
Presidente