



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE AVEIRO

Comunicado Oficial Nº.

04 - 2011/2012

Data:

20/12/2011

Assunto: Estágio de Formação 27/28 de Dezembro de 2011

Programa/horário

A Associação de Atletismo de Aveiro vai realizar nos dias 27/28 de Dezembro de 2011 um estágio de aperfeiçoamento para atletas Iniciados e Juvenis.

Objectivos:

- Preparar e dinamizar as **Seleções Distritais** de ambos os sexos, nos escalões de Iniciados/Juvenis.
- Acompanhar o processo de treino dos atletas mais representativos do Distrito.

27	Manhã – 09H30/12H30 Tarde – 15H30/18H00	- Meio-Fundo - Lançamentos - Velocidade - Marcha	Pista Sintética de Aveiro (Campus Universitário)
28	Manhã – 09H30/12H30 Tarde – 15H30/18H00	- Meio-Fundo - Barreiras - Saltos - Lançamentos	Pista Sintética de Aveiro (Campus Universitário)

Almoço – 12h30 às 13h30 – Cantina da Universidade

Prelectores: - António Pinho
- Júlio Cirino
- José Eduardo
- Ricardo Esteves
- João Abrantes
- Luís Cunha
- Carlos Carmino
- Miguel Lucas

Atletas Convocados

Nome	Ano	Clube	Dia	Disciplina
Inês rodrigues	1998	NA Cucujães	27/28	Velocidade, Barreiras, Saltos
Ricardo Nascimento	1998	NA Cucujães	27/28	Velocidade, Saltos
Diogo Moreira	1998	NA Cucujães	27/28	Lançamentos
Leandro Gonçalves	1996	NA Cucujães	27/28	Lançamentos
Sara Leal	1996	NA Cucujães	27	Marcha
Sónia Silva	1995	NA Cucujães	27/28	Meio-Fundo
Diogo Moreira	1998	NA Cucujães	27	Lançamentos
José Pinho	1995	NA Cucujães	27	Lançamentos
Rianne Barbosa	1998	CR Estarreja	27	Velocidade
Pedro Oliveira	1996	CR Estarreja	27/28	Meio-Fundo
Tatiana Henriques	1997	CR Estarreja	27/28	Meio Fundo
Gabriela Sousa	1998	GCD Sanfins	27/28	Lançamentos, Saltos, Barreiras
Sara Tavares	1996	GCD Sanfins	27/28	Lançamentos
Stephanie Jesus	1996	GCD Sanfins	27	Velocidade
Lázaro Ferreira	1996	GCD Sanfins	28	Saltos
Renata Andrade	1999	JÁ Mozelense	27/28	Lançamentos
Lara Bastos	1999	JÁ Mozelense	27/28	Lançamentos
José Mota	1998	JÁ Mozelense	27/28	Lançamentos
Rui Santos	1996	JÁ Mozelense	27/28	Saltos, Lançamentos
Patrícia Silva	1999	ACR Valdágua	27/28	Lançamentos
Ana Pinho	1996	ACR Valdágua	27/28	Lançamentos, Barreiras
Tatiana Alves	1995	ACR Valdágua	27/28	Velocidade, Barreiras
Paulo Cruz	1994	ACR Valdágua	27	Marcha
Isabel Silva	1996	ACR Valdágua	27/28	Saltos, Lançamentos
Sandra Santos	1998	EB 2,3 Escariz	27	Velocidade
André Oliveira	1998	EB 2,3 Escariz	27	Velocidade
Rui Paiva	1996	EB 2,3 Escariz	27	Velocidade
Carolina Sarabando	1997	GRECAS	27/28	Velocidade/Barreiras
Cláudia Oliveira	1995	GRECAS	27/28	Velocidade, Saltos, Barreiras
Pedro Catarino	1995	GRECAS	27/28	Lançamentos
Micael Seixeiro	1995	GRECAS	27	Velocidade
Elvis Matias	1995	GRECAS	27/28	Lançamentos
Elvis Matias	1995	GRECAS	27/28	Lançamentos
Hugo Rocha	1996	GRECAS	28	Saltos
Pedro Catarino	1995	GRECAS	27/28	Saltos, Lançamentos
Micael Seixeiro	1995	GRECAS	27/28	Saltos, Velocidade
Tiago Cipriano	1995	GRECAS	27/28	Meio-Fundo
Ana Lúcia Resende	1999	GD Lourocoop	27	Marcha
Diana Relvas	1994	GD Lourocoop	27	Marcha
Fabiana Tomás	1997	GD Lourocoop	27	Marcha
Ana Isabel Santos	1996	SSTMS João da Madeira	27/28	Velocidade, Saltos, Barreiras
Ana Inácio	1997	SSTMS João da Madeira	27	Velocidade
Ricardo Costa	1995	SSTMS João da Madeira	27	Marcha
Ana Castro	1995	ES Leite	27	Velocidade
Diana Relvas	1995	ES Leite	27	Velocidade
Fábio Teixeira	1995	ES Leite	27/28	Velocidade, Saltos, Barreiras
Patrícia Nunes	1996	GJP Bemposta	27	Velocidade
Jennifer Gomes	1995	ES Júlio Dinis	27/28	Velocidade, Saltos, Barreiras
Sofia Mota	1998	ES Júlio Dinis	28	Saltos
Tiago Martins	1997	ES Júlio Dinis	28	Saltos
Fabiana Ferreira	1995	FCC Lourosa	27/28	Lançamentos, Saltos e Barreiras
Ana Rocha	1996	ADREP	27/28	Lançamentos
Andreia Santos	1995	ADREP	27	Velocidade
Daniela Urbano	1995	ADREP	27	Velocidade
Sara Anjos	1995	ADREP	27	Velocidade
Patrícia Tavares	1995	ADREP	27/28	Meio Fundo
Carla Reis	1997	ADREP	27/28	Meio-Fundo
Carlos Sousa	1996	ADREP	27/28	Meio-Fundo
Tiago Ferreira	1995	ADREP	27/28	Lançamentos, Saltos
Margarida Pereira	1996	AC Bunheirense	28	Barreiras
Rafaela Almeida	1997	AC Bunheirense	27/28	Meio-Fundo

José Cruz	1996	AC Bunheirense	27/28	Meio-Fundo
Joaquim Rodrigues	1996	AC Bunheirense	27/28	Marcha, Meio Fundo
Miguel Ferreira	1998	ACRD Escapães	27	Velocidade
Paulo Neto	1997	ACRD Escapães	27/28	Velocidade, Barreiras, Saltos
Tiago Rodrigues	1996	ACRD Escapães	27	Velocidade
Raquel Rodrigues	1997	ACRD Escapães	28	Saltos, Velocidade
Vitor Coelho	1996	ACRD Escapães	28	Barreiras
Manuel Melo	1995	ACRD Escapães	28	Saltos
Eduardo Leça	1997	CD Feirense	27/28	Velocidade, Saltos, Barreiras
Ruben Costa	1995	CD Feirense	27/28	Meio-Fundo
André Daniel Miranda	1995	CD Feirense	27/28	Meio-Fundo
Nuno Fernandes	1998	ACR Vale de Cambra	27	Velocidade
André Rodrigues	1998	ACR Vale de Cambra	27/28	Meio-Fundo
Inês Pinho	1998	ACR Vale de Cambra	27/28	Meio-Fundo
Diogo Castro	1995	AFIS/Ovar	27	Velocidade
Pedro Nadais	1998	Arada A. Clube	27/28	Meio-Fundo
Miguel Godinho	1998	Clube de Campismo SJM	27/28	Meio-Fundo
Romeu Gomes	1998	Clube de Campismo SJM	27/28	Meio-Fundo
João Teixeira	1995	Clube de Campismo SJM	27/28	Meio-Fundo
Liliana Bastos	1995	UD Valmaior	27/28	Meio Fundo
Cláudia Santos	1995	ADEC/Macieira de Sarnes	27/28	Meio Fundo
Soraia Silva	1995	ADERCUS	27/28	Meio-Fundo
Maria João Batista	1997	ADERCUS	27/28	Meio-Fundo
Daniel Moreira	1996	ADERCUS	27/28	Meio-Fundo
Ana Santos	1998	ACD "Os Ílhavos"	27/28	Meio Fundo
Anais Pereira	1997	ACD "Os Ílhavos"	27/28	Meio-Fundo
Rui Almeida	1996	ACD "Os Ílhavos"	27/28	Meio-Fundo, Barreiras
Igor Valente	1996	JU Fornos	27/28	Meio-Fundo
Elisabete Oliveira	1996	EB 2,3 Escariz	28	Barreiras
Tiago Lopes	1998	EB 2,3 Escariz	28	Barreiras
Rui Paiva	1996	EB 2,3 Escariz	27/28	Velocidade, Saltos
Marta Granja	1996	GD S. Paio de Oleiros	28	Saltos
Bruno Vieira	1995	GD Castelo de Paiva	27/28	Meio-Fundo

As formações irão contemplar sessões teóricas/práticas para os atletas e respectivos Técnicos que tenham a possibilidade de acompanhar os trabalhos dos seus atletas.

Departamento Técnico