



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE AVEIRO

Comunicado Oficial Nº.

08 - 2011/2012

Data:

14/Março/2012

Assunto: Estágio de Formação Páscoa

Data: 03/04 de Abril de 2012

Local: Pista de Atletismo de Aveiro

Programa/horário

A Associação de Atletismo de Aveiro vai realizar nos dias 03/04 de Abril 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.

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

Almoço – 12h30 às 13h30 – Cantina da Universidade

Técnicos colaboradores neste estágio:

António Pinho
José Eduardo
Ricardo Esteves
António Ferreira
Herlander Marcos

Atletas Convocados

Nome	Ano	Clube	Disciplina
Ricardo Nascimento	1998	NA Cucujães	Velocidade, Saltos
Diogo Moreira	1998	NA Cucujães	Lançamentos
Leandro Gonçalves	1996	NA Cucujães	Lançamentos
Sara Leal	1996	NA Cucujães	Marcha
Sónia Silva	1995	NA Cucujães	Meio-Fundo
Susana Ribeiro	1995	NA Cucujães	Meio-fundo
Sílvia Maia	1998	NA Cucujães	Marcha
Diogo Moreira	1998	NA Cucujães	Lançamentos
José Pinho	1995	NA Cucujães	Lançamentos

Tatiana Henriques	1997	CR Estarreja	Meio Fundo
-------------------	------	--------------	------------

Gabriela Sousa	1998	GCD Sanfins	Lançamentos, Saltos, Barreiras
Sara Tavares	1996	GCD Sanfins	Lançamentos
Stephanie Jesus	1996	GCD Sanfins	Velocidade
Lázaro Ferreira	1996	GCD Sanfins	Saltos

José Mota	1998	JÁ Mozelense	Lançamentos
Rui Santos	1996	JÁ Mozelense	Saltos, Lançamentos
Diana Reis	1997	JÁ Mozelense	Saltos

Patrícia Silva	1999	ACR Valdagua	Lançamentos
Ana Pinho	1996	ACR Valdágua	Lançamentos, Barreiras
Isabel Silva	1996	ACR Valdágua	Saltos, Lançamentos

Sandra Santos	1998	EB 2,3 Escariz	Velocidade
André Oliveira	1998	EB 2,3 Escariz	Velocidade
Tiago Lopes	1998	EB 2,3 Escariz	Barreiras
Rui Paiva	1996	EB 2,3 Escariz	Velocidade

Carolina Sarabando	1997	GRECAS	Velocidade/Barreiras
Cláudia Oliveira	1995	GRECAS	Velocidade, Saltos, Barreiras
Sandra Oliveira	1998	GRECAS	Meio-fundo
Micael Seixeiro	1995	GRECAS	Velocidade
Nuno Botelho	1997	GRECAS	Lançamentos
Gonçalo Real	1997	GRECAS	Meio-fundo
Elvis Matias	1995	GRECAS	Lançamentos
Pedro Catarino	1995	GRECAS	Saltos, Lançamentos
Tiago Cipriano	1995	GRECAS	Meio-Fundo

Fabiana Tomas	1997	GD Lourocoop	Marcha
---------------	------	--------------	--------

Ana Isabel Santos	1996	SSTMS João da Madeira	Velocidade, Saltos, Barreiras
Ana Inácio	1997	SSTMS João da Madeira	Velocidade
Ricardo Costa	1995	SSTMS João da Madeira	Marcha

Ana Castro	1995	ES Leite	Velocidade
Fábio Teixeira	1995	ES Leite	Velocidade, Saltos, Barreiras

Patrícia Nunes	1996	GJP Bemposta	Velocidade
----------------	------	--------------	------------

Jennifer Gomes	1995	ES Júlio Dinis	Velocidade, Saltos, Barreiras
Sofia Mota	1998	ES Júlio Dinis	Saltos
Mariana Conde	1997	ES Júlio Dinis	Saltos
Tiago Martins	1997	ES Júlio Dinis	Saltos

Fabiana Ferreira	1995	FCC Lourosa	Laçamentos, Saltos e Barreiras
Raquel Poças	1997	FCC Lourosa	Barreiras

Ana Rocha	1996	ADREP	Laçamentos
Andreia Santos	1995	ADREP	Velocidade
Daniela Urbano	1995	ADREP	Velocidade
Sara Anjos	1995	ADREP	Velocidade
Patrícia Tavares	1995	ADREP	Meio Fundo
Carla Reis	1997	ADREP	Meio-Fundo
Tiago Ferreira	1995	ADREP	Laçamentos, Saltos

José Cruz	1996	AC Bunheirense	Meio-Fundo
Joaquim Rodrigues	1996	AC Bunheirense	Marcha, Meio Fundo
Margarida Pereira	1996	AC Bunheirense	Barreiras

Miguel Ferreira	1998	ACRD Escapães	Velocidade
Paulo Neto	1997	ACRD Escapães	Velocidade, Barreiras, Saltos
Tiago Rodrigues	1996	ACRD Escapães	Velocidade
Raquel Rodrigues	1997	ACRD Escapães	Saltos, Velocidade
Vitor Coelho	1996	ACRD Escapães	Barreiras
Manuel Melo	1995	ACRD Escapães	Saltos

Eduardo Leça	1997	CD Feirense	Velocidade, Saltos, Barreiras
Ruben Costa	1995	CD Feirense	Meio-Fundo
Isac Rios	1997	CD Feirense	Meio-Fundo
André Daniel Miranda	1995	CD Feirense	Meio-Fundo

Nuno Fernandes	1998	ACR Vale de Cambra	Velocidade
André Rodrigues	1998	ACR Vale de Cambra	Meio-Fundo
Inês Pinho	1998	ACR Vale de Cambra	Meio-Fundo

Diogo Castro	1995	AFIS/Ovar	Velocidade
--------------	------	-----------	------------

Pedro Nadais	1998	Arada A. Clube	Meio-Fundo
--------------	------	----------------	------------

Miguel Godinho	1998	Clube de Campismo SJM	Meio-Fundo
Romeu Gomes	1998	Clube de Campismo SJM	Meio-Fundo
João Teixeira	1995	Clube de Campismo SJM	Meio-Fundo

Liliana Bastos	1995	UD Valmaior	Meio Fundo
Samuel Pereira	1995	UD Valmaior	Meio-fundo

Cláudia Santos	1995	ADEC/Macieira de Sarnes	Meio Fundo
----------------	------	-------------------------	------------

Soraia Silva	1995	ADERCUS	Meio-Fundo
Maria João Batista	1997	ADERCUS	Meio-Fundo
Inês rodrigues	1998	ADERCUS	Velocidade, Barreiras, Saltos
Daniel Moreira	1996	ADERCUS	Meio-Fundo

Ana Santos	1998	ACD "Os Ílhavos"	Meio Fundo
Rui Almeida	1996	ACD "Os Ílhavos"	Meio-Fundo, Barreiras
Igor Valente	1996	JU Fornos	Meio-Fundo
Marta Granja	1996	GD S. Paio de Oleiros	Saltos
Bruno Vieira	1995	GD Castelo de Paiva	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