



Formação Contínua – Jornadas Técnicas - Florete - 2019

A Federação Portuguesa de Esgrima disponibiliza no seu Plano de Formação para 2019 ações de formação contínua com créditos para revalidação da carteira profissional de Treinador de Desporto – TPTD (anteriormente denominada Cédula de Treinador de Desporto).

Jornadas Técnicas de Florete – código da ação 56320717, pertence a um conjunto de ações agendadas para o período de setembro a dezembro, que terá lugar nos dias **9 e 10 de Novembro em Lisboa** com a **duração de 15h, equivalente a 3 Unidades de Crédito – UC** e que será orientada pelo Formador João Gomes.

Destinatários:

- Treinadores de Grau I, II e III □

Número máximo de formandos – 20

Caso o número de candidatos exceda o máximo previsto serão tidas em conta as seguintes prioridades:

1. Treinadores de Esgrima com TPTD – Grau II e III – que têm atletas a participar em provas de florete do quadro competitivo FPE (época 2018/2019 e/ou 2019/2020)
2. Treinadores de Esgrima com TPTD – Grau I – que têm atletas a participar em provas de florete do quadro competitivo FPE (época 2018/2019 e/ou 2019/2020)
3. Treinadores de Esgrima com TPTD de Grau I, II ou III independentemente da Arma que leccionam
4. Treinadores Estagiários a concluir os Cursos de 2016 e 2017.
5. Outros agentes desportivos

Nota: Aplicadas as referidas prioridades, caso existam ainda candidatos **em situação de igualdade**, será a **data e hora de entrada da inscrição** a ser tomada como referência **para inclusão/exclusão**.

Formador:

- João Gomes

Local:

- Porto (Sport Club do Porto)

Estrutura:

Sábado – 09/11

- 10h30/13h30
- 14h30/19h00

Domingo – 10/11

- 8h30/13h00
- 14h00/17h00

Programa

- Benefícios e exemplos do treino físico em circuito.
- Exercícios técnicos em situações de trabalho de pares.
- Exercícios técnicos e táticos em contexto de lição individual e jogo condicionado.
- Desenvolvimento de um Floretista de alto-rendimento.
- Análise tática em competição (vídeo)

Equipamento necessário:

A ação de formação é essencialmente prática, pelo que os formandos devem levar equipamento de Mestre – Plastron, luva e máscara – e Florete.

Dado o elevado número de horas de prática diária aconselha-se também que levem água e alguma comida ligeira (fruta, barra de cereais, etc.) para os períodos de intervalo.

Preço:

□ 40€