



Programa

Objetivo Geral:

É uma ação que tem por objetivo principal a criação de momentos de prática no âmbito da lição individual, mas também da prática coletiva. É um momento destinado a todos os agentes desportivos que, no âmbito do ensino do Florete, desejam desenvolver o seu próprio desempenho, criando momentos de partilha e discussão.

Destinatários:

- Treinadores de Grau I, II e III
- Treinadores em Estágio
- Outros agentes desportivos.

Conteúdos Programáticos:

• Posição base, mobilidade e manipulações;	- Eugénia Queirós
• Ataque/ ações ofensivas/a procura do tempo e da distância;	- Eugénia Queirós
• Paradas/ ações defensivas	- José Luciano
• As respostas;	- José Luciano
• Ações contra- ofensivas	- Eugénia Queirós

Equipamento necessário:

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

NOTA – Cada Formando pode levar consigo para a formação 1 ou 2 alunos para otimizar o seu trabalho prático.

Data: 12 Novembro de 2022

Duração: 8h00m

Horário: 9h00/13h00 ; 14h00/18h00

Local: Sport Club do Porto (Rua de Santa Catarina, nº 132-4º - 4000-442 Porto)

Código da Ação: 56332632

N.º de Unidades de Crédito atribuídas: 1.5 (Formação contínua – treinadores)

N.º mínimo de participantes: 8

N.º máximo de participantes: 25

Formador: Eugénia Queirós/ José Luciano

Preço: Filiados - Gratuito

Não filiados – 15.00€

Inscrições fora de prazo – 15.00€

FICHA DE INSCRIÇÃO

Hoje Treino Eu - Florete - 2022

Nome _____

Sexo M F Data de Nascimento _____

Morada _____

Localidade _____ Código Postal _____

Telefone _____ E-mail _____

Atividade Profissional _____

BI ou CC - _____

NIF - _____

Escolaridade Obrigatória (9º ano) _____

12º Ano de Escolaridade _____

Licenciatura _____ Qual _____

Mestrado / Doutoramento _____ Qual _____

Nº Cédula de Treinador _____

Nº de Licença de Agente Desportivo Federado na FPE _____

Valor da Inscrição – Filiados - Gratuito

Não filiados – 15.00€

Inscrições fora de prazo – 15.00€

Dados para faturação (no caso de não serem os mesmos do formando):

Nome/Entidade -

Morada -

NIF –

Nota: A Ficha de Inscrição deve ser enviada para a FPE – formacao@fpe.pt até ao dia 31 Outubro 2022, por Correio, Fax ou Mail, acompanhada do respetivo pagamento ou comprovativo de transferência – NIB FPE – 0010 0000 2179758000129.