



Jornadas Técnicas da ADAL

Programa de Acompanhamento de Jovens Talentos

De 7 a 29 de Novembro



Jornadas Técnicas da ADAL, 21 de Novembro

A Associação Distrital de Atletismo de Leiria vai levar a efeito, no próximo dia 21 de Novembro o terceiro fim-de-semana das Jornadas **Técnicas - Programa de Formação de Jovens Talentos** da área de meio-fundo que será destinada aos técnicos e atletas abaixo referidos, dos escalões de Iniciados e Juvenis. A mesma irá decorrer na pista do Estádio Municipal de Marinha Grande (componente prática e teórica) com o programa que se refere nos quadros abaixo. Agradecemos que os clubes confirmem até à sexta-feira anterior a presença dos seus técnicos e atletas.

Informamos ainda que poderão estar presentes todos os técnicos dos clubes do Distrito e fora do mesmo. Os atletas iniciados e juvenis, da área do meio-fundo, que pretendam estar presentes nesta iniciativa e não esteja na presente convocatória poderão solicitar aos técnicos da ADAL a sua presença.

Chamamos a atenção para o facto de só poderem estar presentes os atletas filiados na ADAL. Assim, solicita-se aos atletas que ainda não renovaram para esta época que o façam com a maior brevidade afim de poderem estar presentes na referida acção.

Programa da Concentração de Acompanhamento de Jovens Talentos/Jornadas Técnicas

Dia	Dia Semana	Hora	Tema	Natureza	Prelector	Local
21 Novembro	Sábado	09H15-11H00	Concentração de Talentos - Meio-fundo (inic)	Prática	Rui Militão	Est. Municipal de Leiria
		09H15-11H00	Concentração de Talentos - Meio-fundo (juv)	Prática	António Graça	
		11H00-13H00	O treino de Jovens meio-fundistas (iniciados)	Teórico	Rui Militão	

Atletas Iniciados 95/96 - 19 Atletas (10 masc. + 9 fem.)

Atletas	Ano	Clube	Treinador
Miguel Carreira	96	JV	Cândida Bairrada
João Pereira	96	JV	
Dyllan Pedro	95	JV	Cátia Ferreira
Edgar Alexandre	96	CASG	Jorge Anastácio
Leandro Silva	95	CASG	Jorge Anastácio
Telmo Pereira	96	IDV	Mário Barreiros
João Silva	96	CAMG	Fernando Alves
Paulo Loureiro	95	ACC	Rui Militão
Tiago Ponte	95	ACV	Carlos Carmino
André Salgueiro	95	GDP	Emanuel Moniz
Clara Marques	96	JV	Cláudio Matias
Mariana Coelho	96	JV	Cândida Bairrada
Ana Carolina Oliveira	95	JV	Rui Militão
Filipa Eutiquio	96	CB Alc.	Nuno Martins
Melanie Santos	95	CB Alc.	Nuno Martins
Evelise Veiga	96	CSPVI	Luís Almeida
Ana B. Fernandes	95	ACDRA	Carlos Matos
Inês Santos	96	ACV	Filipe Leitão
Mariana Cordeiro	96	CAMG	Fernando Alves

Juvenis 93/94 - 22 Atletas (12 masc. + 10 fem.)

Atletas	Ano	Clube	Treinador
João Moniz	94	JV	Cátia Ferreira
Nelson Pereira	94	JV	Rui Militão
Ricardo Pires	93	JV	Cláudio Matias
Wilson Conniott	93	ACV	Filipe Leitão
João Fernandes	94	ACV	Nuno Marques
Benedito Santos	94	ACV	Carlos Carmino
Daniel Murraças	94	CANaz	Joaquim Murraças
Ricardo Teodósio	94	CANaz	Joaquim Murraças
Márcio Martins	94	2AP	Gonçalo Durão
Ivan Mendes	93	2AP	Gonçalo Durão
Oleh Palamarchuk	94	CAMG	António Graça
Simão Vazão	93	GDP	Emanuel Moniz
Ana Queiroz Alves	94	JV	Rui Militão
Carine Moreira	94	JV	Cláudio Matias
Daniela Pereira	94	JV	Cláudio Matias
Mariana Simões	94	JV	Rui Militão
Jéssica Ferreira	94	ACDRA	Rui Norte
Ana Rita Fernandes	93	ACDRA	Rui Norte
Joana Domingos	93	ACDRA	António Vasconcelos
Daniela Cruz	94	GDP	Emanuel Moniz
Carina Santos	94	2 AP	Gonçalo Durão
Joana Monteiro	93	ACV	Carlos Carmino

Leiria, 15 de Novembro de 2009

António Graça