



ASSOCIAÇÃO DISTRITAL DE ATLETISMO DE LEIRIA
Estádio Municipal de Leiria – E. C. Marrazes; Apartado 552,
2416- 904 Leiria
Telef. 244 827 580 Fax 244 812 972
E-mail: assleiria@adal.pt
www.adal.pt



CONCENTRAÇÃO DE ESTAFETAS DO ESCALÃO DE INFANTIS – ÉPOCA 2011-12

Pombal (Estádio Municipal), 22 de Abril de 2012

Considerando a planificação da Associação Distrital de Atletismo de Leiria para a presente época, iremos levar a efeito uma sessão de treinos de estafetas para o escalão de infantis, no Estádio Municipal de Pombal, no próximo domingo, dia 22 de Abril, a partir das 9h45, com os atletas, que constam da lista abaixo, já equipados (prontos para treinar). Estão convocados todos os técnicos destes atletas que deverão ser os nossos representantes nas estafetas do Olímpico Jovem das Beiras, a ter lugar em Seia a 29 de Abril.

O responsável por esta actividade será Carlos Carmino, Diretor Técnico Regional da ADAL, estando convidados todos os técnicos dos clubes da ADAL a estarem presentes. A aluna estagiária da ADAL, Ana Cláudia Faria, ficará responsável por uma das equipas de estafetas da ADAL.

Poderemos considerar a possibilidade de envolver outros atletas de outros clubes nesta sessão, devendo os clubes fazer proposta à ADAL até ao dia 18 de Abril para assleiria@adal.pt

Atleta	Clube	Técnico
Erik Kostytsya	JV	Cristóvão Pedrosa
João Silva	ACV	Carlos Ferreira
Bernardo Oliveira	ACV	Carlos Ferreira
Francisco Saraiva	CAMG-I	Virgílio Bastos
Joana Carlos	JV	Cristóvão Pedrosa
Mariana Sousa	JV	Cristóvão Pedrosa
Mariana Neves	JV	Cristóvão Pedrosa
Inês Lopes	CAMG	Virgílio Bastos

Programa e horário:

Pombal (Estádio Municipal), Domingo, 22 Abril 2012		
HORÁRIO	ACTIVIDADE	DESTINATÁRIOS
09h45 – 10h	Concentração	Atletas e Técnicos
10h – 10h30	Aquecimento	
10h30 – 11h15	Treino de Estafetas	
11h20	Encerramento	