



CENTRO DE FORMAÇÃO DE ATLETISMO DAS BEIRAS
(Aveiro, Castelo Branco, Coimbra, Guarda, Leiria e Viseu)
1ª Concentração de Jovens Talentos da Zona Centro
ATLETAS JUVENIS E JUNIORES
ÉPOCA 2007/2008



PROGRAMA HORÁRIO

- **09H30 às 10H00 – Recepção dos participantes**

Horas / Dias		Sábado 08 de Dezembro	Domingo 09 de Dezembro
10.00	12.30	Sessão Prática - Avaliação - Treino específico por disciplina	Sessão Prática - Avaliação - Treino específico por disciplina
12.30	14.00	ALMOÇO	
14.30	16.30	Sessão teórica (Só para treinadores)	Regresso às localidades
16.30	18.30	Sessão Prática - Treino específico por disciplina	---
19.00	20.00	JANTAR	
20.30	22.30	Sessão teórica (Só para treinadores)	---