

ACÇÃO DE FORMAÇÃO TREINO EM ÁGUAS ABERTAS



Eugeni Ballarin

Seleccionador Nacional -  guas Abertas da Real Federa o Espanhola de Nata o
Director Desportivo do Club Nataci  L'Hospitalet
Comit  Organizador de Provas de AA em Espanha



FACULDADE DE MOTRICIDADE HUMANA - SALA D

15 de Novembro - S bado

09h30  s 13h00

14h30  s 18h30

16 de Novembro - Domingo

09h00  s 13h00



Planeamento do Treino em AA - Nutri o de um Nadador de AA

Organiza o de um Evento de AA - Treino em Altitude - Abordagem T ctica em Provas de AA

Ac o de Forma o: 20  (Inclui Documenta o de Apoio, Certificado de Participa o e 12 horas de Forma o)

Fa a j  a sua inscri o na Federa o Portuguesa de Nata o

www.fpnatacao.pt