

LISTA DE DISTRIBUIÇÃO:

- CLUBES ASSOCIADOS
- ASSOCIAÇÕES REGIONAIS
- ANT REMO

Lisboa, 2016-04-11

Circular Nº 013/16

Assunto: Formação em Fisiologia do Desporto para Treinadores, a 23 de Abril, em Avis.

Caros associados,

A Federação Portuguesa de Remo, na sequência do plano anual de formação contínua de treinadores, vem desta forma anunciar a próxima acção a realizar em Avis, no próximo dia 23 de Abril.

Esta acção será orientada por Dr Mark Homer e pelo Professor Eduardo Oliveira:

Dr. Mark Homer

- *Senior Sports Scientist* da Selecção Inglesa de Remo, desenvolvendo a sua acção na área da Fisiologia, Biomecânica e Análise de Performance;
- Fisiologista desta selecção desde 2006, acompanhou a equipa nos ciclos Olímpicos de Pequim 2008, Londres 2012 e Rio 2016;
- PhD em *Determinants of elite rowing performance - implications for developing rowers* (Liverpool John Moores University);
- BSc e MSc em *Applied Sports Science* (University of Wolverhampton).

Prof. Eduardo Oliveira

- Fisiologista da Federação Portuguesa de Remo;
- Fisiologista do Sporting Clube de Braga – Futebol Profissional / Responsável do Gabinete de Optimização Desportiva;
- Professor Auxiliar convidado da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto – Laboratório de Fisiologia do Desporto;
- Doutoramento em Ciências do Desporto pela Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

Local de realização:

- Avis, Biblioteca Municipal José Saramago

Data:

- 23 de Abril de 2016

Horário:

- 13:00 - Apresentação
- 13:15 - Metodologia do Treino em Altitude
- 14:00 - Diferenças na abordagem ao treino de atletas Masculinos Ligeiros e Pesados e atletas Femininas - Inglês
- 14:30 - Processos de Recuperação no Desporto – Eduardo Oliveira
- 17:30 - Encerramento

Inscrições:

- Número máximo de inscritos: 40 formandos;
- Inscrições através do endereço geral@fpremo.pt, até ao dia 21 de Abril, por ordem de chegada dos e-mails, num máximo de um treinador por clube associado na FPR;
- Não se esgotando as vagas, cada clube poderá inscrever um segundo técnico, mantendo-se o princípio de acolher inscrições por ordem de chegada até que se esgote o número limite de vagas.

Critérios de elegibilidade:

- Idade superior a 18 anos;
- Licença de Treinador de Remo válida

Valor da Inscrição:

- O valor da inscrição será de 15€ por pessoa, excluindo deslocações e alimentação.

Agradeço a atenção dispensada e apresento os melhores cumprimentos,

A handwritten signature in blue ink on a light-colored rectangular background. The signature is written in a cursive style and reads "Luís Ahrens Teixeira".

Luís Ahrens Teixeira