



CAR de Montemor-o-Velho

10 / 11 de Março

Fórum Treinadores Canoagem 2018

PARTE 1 – 10/03/2018 – SÁBADO

14:00 – Recepção dos participantes

14:30 – Mesa de Abertura

14:45-15:45 - "Determinantes do percurso para a excelência no desporto" – Hugo Sarmento, FCDEF-UC

15:45-16:45 - "Importância da preparação psicológica no rendimento do atleta" – Jorge Silvério, Psicólogo desportivo

16:45-17h15 – Espaço para "conversa de café"

Output de Trabalhos Académicos da UC para o desenvolvimento do conhecimento em Canoagem - 17:15 – 19:15

"Especialização desportiva em jovens kayakistas masculinos: estudando o jovem atleta, o processo de seleção, o desempenho e a configuração do equipamento" - Rui Fernandes

"Hidratação: estudo de jovens canoístas" – Mónica Rezende

"Variabilidade da frequência cardíaca: a importância no controlo da recuperação em canoístas" - André Coelho

"Estratégia de prova em Canoagem de velocidade e impacto no desempenho: estudo de variáveis cinemáticas" - Nelson Santos

PARTE 2 – 11/03/2018 – DOMINGO

8:30 – Recepção dos participantes

9:00 – 10:00 - "Desafios internacionais de um treinador de seleção" – Rui Fernandes, licenciado pela FCDEF-UC e ex-treinador da seleção Portuguesa e da seleção Brasileira de Canoagem

10:00 – 11:00 - "Avaliação e importância da maturação do jovem canoísta" – Fernando Alacid, Universidade Católica San António de Murcia

11:00-11h30 – Espaço para "conversa de café"

11:30 – 12:30 - "Gopaddler – tecnologia ao serviço do controlo do treino" – Filipe Rego, Programador da App Gopaddler

Output de Trabalhos Académicos da UC para o desenvolvimento do conhecimento em Canoagem - 12:30 – 13:30

"Alterações antropométricas em atletas de canoagem: o impacto de dois métodos de recuperação ativa" - Nuno Silva

"A eficácia do uso do frio na recuperação pós-exercício em kayakistas de velocidade" - Francisca Laia

13:30 Encerramento

 **Inscrição obrigatória** até ao dia 5 de março de 2017:

Aceda a link para formulário de inscrição no site da

FCDEF-UC (www.uc.pt/fcdef) e

FPC (www.fpcanoagem.pt/formacao/calendario)

Ação acreditada pelo IPDJ

Componente específica (Parte 1 - 0,8 UC e parte 2 - 0,8 UC)

Inscrição Grátis



FCDEF
FACULDADE DE CIÉNCIAS DO
DESPORTO E EDUCAÇÃO FÍSICA
UNIVERSIDADE DE COIMBRA

