

Nome da Ação: Workshop: Instrumentos e Técnicas para Treino de Guarda-redes em Jogo

Data: 22/07/2016 e 23/07/2016

Horário: Das 19:00 às 22:00 (22/06) e das 09:30 às 18:30 (23/06)

Local: Lisboa – Universidade Lusófona

Carga Horária: 10 horas (5 horas teóricas + 5 horas práticas)

Inscrições: futebol.ilutd@ulusofona.pt

O Workshop que propomos tem como objetivo oferecer uma série de instrumentos e técnicas, aos Treinadores de Futebol, no sentido de se especializarem no âmbito do treino de guarda-redes.

É dirigido quer a treinadores de futebol, quer a especialistas em treino de guarda-redes.

Ação certificada pelo Instituto Português do Desporto e Juventude para a formação contínua de Treinadores: 2 UCs (presencial), 1 UC (à distância) para os Treinadores de Futebol Grau I, II, III e IV.

Formador: Luis Matos (Ex-Treinador de Guarda-redes do SL Benfica)

Programa:

- Evolução da posição do guarda redes
- Conceitos fundamentais
- Comportamentos básicos do guarda redes
- Metodologia
- Exercícios práticos contextualizados