

Ação de formação contínua para treinadores de Voleibol

Dias 4, 5 e 6 de Março

Programa Completo

❖ Dia 4 de Março

- ❖ 14:00 horas – Receção

- ❖ 14:30/ 15:30 horas – Voleibol do Brasil: “Presente e futuro” – Jogos Olímpicos de 2016 e preparação para 2020; papel das seleções jovens do Brasil

- ❖ 16:00/ 18:00 horas – Formação de distribuidores – Sessão prática

- ❖ 18:00/ 20:00 horas - Treino da receção e jogadores de zona 4 – Sessão prática

❖ Dia 5 de Março

- ❖ 9:00/ 11:00 horas – Treino específico de líberos, receção e defesa - Sessão prática

- ❖ 11:00/ 13:00 horas – Treino específico dos centrais, importância do bloco/velocidade do jogo – Sessão prática

- ❖ 15:00/ 16:30 horas – Curtas histórias/Curtas recordações de jogadores : Giba, Murilo, Bruninho, Lucas, Escadinha – Da formação à alta competição

- ❖ 17:00/ 18:30 horas – Modelo de excelência de formação: Brasil – Dos campeonatos estaduais aos nacionais, do Clube à Seleção

❖ Dia 6 de Março

- ❖ 9:00/ 11:00 horas – Treino da receção/side-out; formação do jogador oposto – Sessão prática

- ❖ 11:00/ 13:00 horas – Fases do jogo; modelo de organização do ataque e fase de transição

- ❖ 15:00/ 17:00 horas – Organização ofensiva do jogo; Jogo combinado – Sessão prática

- ❖ 17:00/ 19:00 horas – Treino de PERCY ONCKEN – Sessão prática

Programa Reduzido

❖ **Dia 5 de Março**

- ❖ 15:00/ 16:30 horas – Curtas histórias/Curtas recordações de jogadores : Giba, Murilo, Bruninho, Lucas, Escadinha – Da formação à alta competição
- ❖ 17:00/ 18:30 horas – Modelo de excelência de formação: Brasil – Dos campeonatos estaduais aos nacionais, do Clube à Seleção

❖ **Dia 6 de Março**

- ❖ 9:00/ 11:00 horas – Treino da receção/side-out; formação do jogador oposto – Sessão prática
- ❖ 11:00/ 13:00 horas – Fases do jogo; modelo de organização do ataque e fase de transição
- ❖ 15:00/ 17:00 horas – Organização ofensiva do jogo; Jogo combinado – Sessão prática
- ❖ 17:00/ 19:00 horas – Treino de PERCY ONCKEN – Sessão prática

Outras Informações:

Formador: Percy Oncken- Brasil , Campeão do Mundo de Cadetes (5 vezes) e Juniores (1 vez)

Preços:

Programa completo (20 horas) - 120 euros

Programa reduzido (11 horas – sábado de tarde e domingo) – 70 euros

Datas:

Programa completo- Dias 4, 5 e 6 de Março

Programa reduzido- Dias 5 e 6 de Março

Locais:

Sessões teóricas – Auditório Agostinho da Silva (Campus da ULHT)

Sessões práticas – Pavilhão Teotónio Lima (Campus da ULHT)