

DEPARTAMENTO DE SELEÇÕES

PROGRAMA DE ATIVIDADES ESPECÍFICO

20 DE JUNHO DE 2020

- 09:00 – 10:00 Treino Seleção Nacional **KATA** (Cadetes, Juniores, Sub21 e Seniores)
Sensei JOAQUIM GONÇALVES (Diretor Técnico Nacional / Seleccionador Nacional Kata Sénior)
Sensei JORGE PEIXEIRO (Seleccionador Nacional Kata Cadetes e Juniores)
Sensei EMA LOPES (Seleccionadora Nacional Kata Para-Karate)
- 09:15 – 10:15 Treino Seleção Nacional **KUMITE** (Cadetes e Juniores / Sub21 e Seniores)
Sensei RUI DIZ (Seleccionador Nacional Kumite Sub21 e Sénior)
Sensei ESTÊVÃO TRINDADE (Seleccionador Nacional Kumite Cadetes e Juniores)
- 10:15 – 11:15 ETN Especialização **KATA** (Cadetes, Juniores, Sub21 e Seniores)
Sensei JOSÉ CARVALHO (Treinador Seleção Regional Norte)
Sensei FERNANDO ROMÃO (Treinador Seleção Regional Sul)
- 10:30 – 11:30 ETN Especialização **KUMITE** (Cadetes e Juniores)
Sensei MIGUEL VIEIRA (Treinador Seleção Regional Madeira)
Sensei JOÃO DUARTE (Treinador Seleção Regional Centro-Sul)
- 11:45 – 12:45 **DA ÉTICA À RESPONSABILIDADE SOCIAL E COMUNITÁRIA**
Valências e oportunidades para o Karate (Atletas, Treinadores e Pais)
Sensei Bruno Rosa
- 14:15 – 15:15 **ÉTICA E KARATE-DO** (Atletas, Treinadores e Pais)
Sensei Abel Figueiredo
- 15:45 – 16:45 ETN Especialização **KUMITE** (Sub21 e Seniores)
Sensei DANIEL COELHO (Treinador Seleção Regional Sul)
Sensei JOÃO CASTRO (Treinador Seleção Regional Açores)
- 15:45 – 16:30 ETN Formação **KATA** (Infantis até 9 anos)
Sensei RAFAEL JARDIM (Treinador Seleção Regional Madeira)
Sensei RICARDO GOMES (Treinador Seleção Regional Centro-Norte)
- 16:45 – 17:30 ETN Formação **KUMITE** (Infantis até 9 anos)
Sensei JORGE MACHADO (Treinador Seleção Regional Norte)
Sensei MIGUEL VIEIRA (Treinador Seleção Regional da Madeira)
- 16:00 – 16:45 ETN Formação **KATA** (Iniciados e Juvenis 10-13 anos)
Sensei TIAGO LIMA (Treinador Seleção Regional Norte)
Sensei FERNANDO ROMÃO (Treinador Seleção Regional Sul)
- 17:00 – 17:45 ETN Formação **KUMITE** (Iniciado e Juvenis 10-13 anos)
Sensei EMA LOPES (Seleccionadora Nacional Para-Karate / Treinadora Seleção Regional Centro-Norte)
Sensei NELSON REGO (Treinador Seleção Regional Açores)
- 18:00 – 19:00 **A IMPORTÂNCIA DA PSICOLOGIA DO DESPORTO**
Aspetos emocionais e motivacionais no Karate (Atletas, Treinadores e Pais)
Sensei Nuno Cardoso