



CIRCULAR Nº55/93

Lisboa, 30 de Novembro de 1993

DISTRIBUIÇÃO: Associações e Candidatos à Acção de Formação no
Âmbito da A. C.

ASSUNTO: I Acção de Especialização em Alto Rendimento

Face à necessidade de acerto de datas com os Prelectores estrangeiros para esta acção, fomos forçados a alterar as datas da mesma para 8 e 9 de Dezembro 93. O local de realização será no Hotel Cidadela em Cascais.

Em anexo juntamos o programa da Acção.

Pela Direcção da FPN
O Secretário Geral

Domingos Coias
Domingos Coias



**I - ACÇÃO DE ESPECIALIZAÇÃO
EM ALTO RENDIMENTO**

LISBOA/CASCAIS - PORTUGAL

8 E 9 /DEZ/1993

ORGANIZAÇÃO DA F.P.N.

INSCRIÇÕES :

ABERTAS A Treinadores com o habilitação do II - Grau
Treinadores com nadadores no regime de alta competição
Treinadores principais dos clubes filiados na FPN e com
nadadores federados

INFORMAÇÕES : As informações quanto à realização e condições de inscrição deverão s
ser solicitadas à Federação Portuguesa de Natação

ORGANIZAÇÃO : A organização desta iniciativa é da responsabilidade do Departamento
Técnico da FPN e conta com o apoio e colaboração da Associação
Portuguesa de Técnicos de Natação

PROGRAMA

Quinta-Feira, dia 8 de Dezembro

9.15 h - Sessão de Abertura

09.45 h - Prof. Dr. José Gomes Pereira

" Previsibilidade do nível de lactato e variações do perfil metabólico do nadador no decurso do processo de treino"

11.30 h - Prof. Dr. Orjan Madsen (Noruega)

" Uma abordagem prática da sistematização das categorias da Intensidade (I)

15.30 h - Prof. Dr. Orjan Madsen (Noruega)

" Uma abordagem prática da sistematização das categorias da Intensidade (II)"

Sexta-Feira, dia 9 de Dezembro

9.15 h - Dr. António Vasconcelos Raposo

"O Planeamento da época internacional dos nadadores portugueses"

10.30h - Prof. Dr. Vladimir Platonov (UCRÂNIA)

" A preparação dos nadadores de alto rendimento" (I)

15.00 h - Prof. Dr. João Paulo Vilas-Bôas

"Avaliação Biofísica de Nadadores de Alto Nível"

16.30 h - Prof. Dr. Vladimir Platonov (UCRÂNIA)

" A preparação dos nadadores de alto rendimento" (II)

20.30 h - Jantar de Convívio e Encerramento

Entrega dos diplomas aos treinadores aprovados no 1º Curso do 2º Grau