

## 1. Estágio Nacional de Jovens

### 1 Estágio Nacional de Jovens

À semelhança dos anos anteriores, realiza-se um estágio nacional de jovens, de 7 a 9 de Agosto, em Santa Maria da Feira, no Hotel INATEL, local que garante todo o conforto e condições para a realização do mesmo. Os jogadores ficarão alojados em quartos duplos, em pensão completa. O estágio tem início marcado para as 14 horas do dia 7 de agosto, com uma planificação de treinos da responsabilidade de diferentes treinadores, e estará especialmente vocacionado para a preparação dos europeus.

Devido aos custos do estágio (treinadores, alojamento, e alimentação), será pedida uma contribuição de 18 euros por jogador.

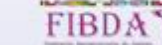
Sendo as vagas no Hotel INATEL limitadas, os acompanhantes que pretendam ficar instalados neste hotel devem notificar a FPX com a maior brevidade possível. Os preços para acompanhantes são 40 euros por noite, por pessoa, em quarto duplo com pensão completa. O upgrade para quarto individual será de 12 euros. Limitado a disponibilidade.

A confirmação da participação deve ser feita até ao dia 28 de Julho às 18 horas para [altacompeticao@fpx.pt](mailto:altacompeticao@fpx.pt)

#### Apoios Institucionais



#### Membro



#### Grupo Principal

ESCALÃO	NOME	Nº FPX	CLUBE
Sub-16	MF André Sousa	30674	GD Dias Ferreira
Sub-18	CM Ivo Dias	29743	CX A2D – AA Didáxis
Sub-14	Maria Alice Oliveira	33992	GD Dias Ferreira
Sub-18	André Fidalgo	35344	Santoantoniense FC
Sub-18	Hugo Ferreira	29998	GD Ferroviários do Barreiro
Sub-16	CMF Rita Jorge	31586	Sporting CP
Sub-16	Ana Inês Silva	34693	CX A2D – AA Didáxis

#### Grupo de Observação

ESCALÃO	NOME	Nº FPX	CLUBE
Sub-14	Daniel Fidalgo	35343	Santoantoniense FC
Sub-14	José Francisco Veiga	34450	EX Porto
Sub-16	Hugo Sousa	34267	AX Gaia
Sub-18	Mariana Silva	34695	CX A2D – AA Didáxis
Sub-14	Bruno Martins	36997	Ateneu de Montijo
Sub-18	Gonçalo Silva	26504	A.XAT
Sub-18	André Dionízio	30996	ADC Faro
Sub-16	Henrique Paiva	32134	Clube dos Galitos
Sub-18	Ana Raquel Bastos	30639	Clube dos Galitos



COMUNICADO DIR-039-2016  
DIREÇÃO  
22 de julho 2016

Sub-12	Filipa Pipiras	37500	EX Porto
Sub-20	Tiago Leão	32003	Sporting CP
Sub-16	Ricardo Dias	33972	AEJ S. João da Madeira
Sub-12	Camila Avelino	35999	CXAE Filipa de Lencastre
Sub-14	José Santos	36418	GX Alekhine
Sub-16	Eurico Fonseca	33945	AP Cavalgante

### Plano de Estágio

#### ***Domingo, dia 7 de Agosto de 2016***

14h00: Chegada dos participantes

15h00: Reunião com os participantes e respetivos encarregados de educação

#### **Assuntos:**

1. Apresentação do programa de Estágios
2. Questões técnicas acerca do funcionamento dos Estágios
3. Apresentação dos direitos e deveres da FPX e dos participantes
4. Divisão dos grupos em função da idade e do número de participantes

16h00 às 20h00: Sessão de treinos

- a) Análise de partidas dos participantes

#### ***Segunda-feira, dia 8 de Agosto de 2016***

10h00 às 13h00 – Sessão de treinos

- a) Análise de partidas dos participantes

15h00 às 18h00 – Sessão de treinos

- a) Apresentação e práticas de métodos de treino

20h às 22h00 – Sessão de treinos

- a) Resolução de exercícios tácticos e posicionais

#### ***Terça-feira, dia 9 de Agosto de 2016***

9h00 às 11h00 – Sessão de treinos

11h30 às 13h00 – Sessão de treinos

- a) Estudo de finais

15h às 18h – Sessão de treinos

- a) Estudo de finais

- b) Apresentação dos trabalhos a realizar pelos participantes entre os estágios.

#### **Notas:**

A) Todos os participantes deverão apresentar todas as partidas lentas que efetuaram durante o ano de 2016.

B) Todos os participantes deverão apresentar uma lista completa da bibliografia que utilizam.

C) Todos os participantes deverão ter disponível um caderno de apontamentos.

#### **Treinadores**

FT Sérgio Rocha

FT Rui Dâmaso

T Paulo Costa

#### Apoios Institucionais



#### Membro

