

Procº 6.2.

Refª 1118/08

Data: 26 de Novembro de 2008

Assunto: Convocatória Estágio Nacional 1 - Temporada 2009

Ex.mo(a) Senhor(a),

Com vista ao lançamento das actividades para a Alta Competição e Selecções Nacionais respeitante à temporada 2009, vimos por este meio convocar os Triatletas abaixo a tomarem parte no Estágio Nacional 1.

Elites Masculinos

BRUNO MIGUEL FORTE PAIS (CAR)
DUARTE DA SILVA MARQUES
PEDRO MARCO RIBEIRO GOMES (CAR)

Elites Femininos

VANESSA DE SOUSA FERNANDES (CAR)

Sub 23 Masculinos

JOÃO PEDRO LOPES DA SILVA (CAR)
JOÃO JOSÉ HENRIQUES DE CARVALHO PEREIRA (CAR)
MIGUEL DA CUNHA ARRAIOLOS (CAR)
VASCO ANDRÉ ALMEIDA PESSOA (CAR)
JOSÉ MANUEL RODRIGUES ESTRANGEIRO (CAR)

Sub 23 Femininos

ANAIS FLORIPPES VERGUET MONIZ
BÁRBARA CARREIRA CLEMENTE (CAR)
JOANA MOITA CRISTÓVÃO MARQUES (CAR)
LILIANA FILIPA ROSADO SILVA
ANA FILIPA LEAL SAMPAIO

Juniores Masculinos

JOÃO CARLOS AMORIM (CAR)
HUGO SARABANDO VENTURA (CAR)
RUBEN COUTO COSTA
PEDRO LOPES LAGINHA DA PALMA
JOÃO SERRANO (CAR)
FABRICIO JOSÉ BRANCO TOMÁS
GIL MOREIRA MAIA

Juniores Femininos

MARIANA BELO PISCO COSTA (CAR)
ANA FILIPA LOPES DE SOUSA FERREIRA
SOFIA PEREIRA DE ALMEIDA

Juvenis Masculinos

MIGUEL VALENTE FERNANDES

Juvenis Femininos

NADINE NEUZA RODRIGUES ALMEIDA

SN DUATLO

LINO MIGUEL GALEGO BARRUNCHO
SÉRGIO MANUEL RODRIGUES SILVA (CAR)
TIAGO FILIPE ABREU DA SILVA
MIGUEL LEDRO HENRIQUES

INFORMAÇÕES:

- O referido estágio irá realizar-se **no Centro de Estágio de Rio Maior**;
- A concentração irá efectuar-se **na recepção do Centro de Estágio no Sábado 20 de Dezembro 2008 pelas 09h00 da manhã**;
- As deslocações dos Atletas para o estágio deverá ser assegurada pelos clubes/atletas, sendo o alojamento, refeições e apoio técnico da responsabilidade da Federação;
- ***Os atletas deverão estar munidos de todo o seu material de treino, nomeadamente equipamentos de treino adequados às temperaturas típicas deste período do ano, bicicleta em boas condições de funcionamento, material de reparação para a bicicleta (bomba, câmaras de ar, desmonta pneus, etc...) e todo o material de natação (barbatanas, palas, pull buoy, prancha, etc...).* Todos os atletas deverão também apresentar-se munidos dos seus rolos para eventuais situações em bicicleta estática;**
- **A confirmação de presença / justificação de ausência no estágio deverá ser enviada por escrito pelos respectivos treinadores até ao dia 16 de Dezembro 2008 para os endereços: dtn@federacao-triatlo.pt e seleccionador@federacao-triatlo.pt**
- De forma a conseguirmos coordenar os diferentes tipos de trabalho a efectuar durante o estágio, solicita-se aos respectivos técnicos que façam chegar por escrito à DTN **o planeamento de treino para o referido período até ao dia de início do estágio**;
- Anexamos à presente convocatória o **programa de estágio** planeado pela DTN, fazendo referência aos momentos de prática possíveis que terão de servir de base para o planeamento de treino de cada um dos atletas;
- Para situações de treino que saiam fora da estruturação proposta, solicitamos um contacto à DTN com a maior brevidade, a fim de serem estudadas as possibilidades existentes.

Para qualquer dúvida ou assunto relacionado com esta actividade por favor contactar António Jourdan ou Sérgio Santos.

António Jourdan	TLM: 932202019	e-mail: seleccionador@federacao-triatlo.pt
Sérgio Santos	TLM: 963032195	e-mail: dtn@federacao-triatlo.pt

Sem outro assunto de momento, e com o desejo sincero de que esta temporada seja novamente a melhor de sempre para o Triatlo e Duatlo português, apresentamos as nossas saudações mais cordiais.

O Seleccionador Nacional

António Jourdan

Lista de distribuição do ofício 1118/2008

Técnicos

Duarte Mendonça João Cavaleiro José Mário Ribeiro José Santos Nuno Calvário Pedro Figueiredo Sandro Barão

Clubes

Todos os Clubes

Enquadramento FTP

Director para as Selecções Nacionais	José Luís Ferreira
Médico	João Paulo de Almeida
Seleccionador Nacional	António Jourdan
Técnico Nacional	Bruno Salvador
DTN	Sérgio Santos