



Ações de Formação

Teórico/Prática Shiai Kumite - Nuno Moreira

Teórico/Prática Shiai Kata - Carla Jerónimo

Dias 14, 15 e 16 de junho de 2019

Pavilhão do Caniço

PROGRAMA

Data	Horário	Conteúdos	Idades	Local
Sexta 14 / 06 / 2019	19h30 - 21h00	<u>Kumite - NUNO MOREIRA</u>	Treinadores e atletas a partir dos 12 anos	Sala anexa pavilhão do Caniço
Sábado 15 / 06 / 2019 (manhã)	09h00 - 10h30	<u>Kata - CARLA JERÓNIMO</u>	Treinadores e atletas a partir dos 12 anos	Pavilhão do Caniço
	10h30 - 11h45	<u>Kumite - NUNO MOREIRA</u>	Treinadores e atletas até aos 11 anos	
Sábado 15 / 06 / 2019 (tarde)	11h45 - 13h15	<u>Kata - CARLA JERÓNIMO</u>	Treinadores e atletas até aos 11 anos	
	15h30 - 17h30	<u>Kumite - NUNO MOREIRA</u>	Treinadores e atletas a partir dos 12 anos	
Domingo 16 / 06 / 2019 (Manhã)	09h00 - 10h30	<u>Kata - CARLA JERÓNIMO</u>	Treinadores e atletas a partir dos 12 anos	Cruzado Canicense