



# ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE BRAGA

PRAÇA DOS ARSENALISTAS, 99 – R/C – 4705-081 BRAGA

DEPARTAMENTO TÉCNICO

## II CONCENTRAÇÃO ZONA NORTE

O Centro de Formação de Atletismo da Zona Norte vai organizar a II Concentração da Zona Norte, nos próximos dias 5 e 6 de Dezembro, na Pista de Atletismo Gémeos Castro, em Guimarães.

Esta Concentração da Zona Norte contempla a realização de três treinos, onde o objectivo principal será a observação, análise e correcção de aspectos técnicos, podendo, em alguns casos, incidir na melhoria das capacidades condicionais.

Os atletas e os treinadores convocados têm que obrigatoriamente confirmar a sua presença ao Director Técnico Regional (Miguel Caldas), por telefone: 961338556 ou por E-mail: miguelcaldas@aabraga.pt, até ao dia 30 de Novembro de 2009.

Os atletas que venham a participar na concentração terão que estar em boas condições físicas e de saúde para poderem participar nos treinos sem qualquer tipo de limitação.

A presença dos atletas na pista deve verificar-se até às 10 horas do dia 5 de Dezembro, com os atletas equipados para treinar, sendo obrigatória a participação em todas as sessões de treino da Concentração.

Os atletas deverão levar equipamento e vestuário adequado, incluído toalhas, para o desenrolar da actividade.

A estadia será efectuada na Pousada da Juventude de Guimarães. Os responsáveis técnicos pelas diversas áreas serão: Domingos Fernandes (Marcha); Pedro Guimarães (Saltos); Emanuel Brandão e Serafim Gadelho (Meio-Fundo) e Miguel Caldas (Velocidade e Barreiras).

Encontram-se seleccionados os seguintes atletas e respectivos técnicos:

- Jorge Moreira (Vitória SC) / Pompeu Castro
- Ana Monjane (SC Braga) / Miguel Caldas
- Ana Rita Pereira (SC Braga) / Mário Barbosa
- Patrícia Caldas (SC Braga) / Sameiro Araújo
- Bárbara Ferreira (SC Braga) / Sameiro Araújo
- Eduardo Cardoso (CCD Ribeirão) / Domingos Fernandes
- Alda Fernandes (SC Braga) / Paulo Soares