



4º Centro de Treino da APR 2023

De acordo com o "Projeto da Seleção Distrital da APR", a Associação de Patinagem do Ribatejo vem por este meio convocar os seguintes atletas, para o 4º Centro de treino:

Data: 19 de Novembro de 2023

Local: Pavilhão Desportivo Municipal de Santarém

Benjamins

Luna Vieira (JO)

Maria Carolina Alves (HCT)

Iniciados

Gabriela Brites (SCT)

Lara Gomes Maia (SCT)

Juvenis

Joana D'Água (GCCC)

Margarida Knoblich Lopes (CEV)

Infantis

Maria do Céu Fernandes (HCS)

Mariana Rosa (HCS)

Cadetes

Clara Galvão (SCT)

Leonor Serrão (GCCC)

Juniores

Gonçalo Rodrigues (SCT)

Sofia Parreira (GCCC)

Normas e Documentos de Apoio

→ Deslocações para as concentrações de atletas, são da responsabilidade de cada atleta ou dos seus clubes, assim como a alimentação;

→ Os atletas não podem ser portadores de qualquer peça de vestuário identificativa do seu clube. Obrigatório o uso de fatos de patinagem e cabelo bem penteado;

→ Os treinos serão à porta aberta;

→ Os atletas devem fazer-se acompanhar de todo o material inerente à prática da Patinagem Artística (sapatilhas, garrafa de água, chaves dos patins, entre outros);

→ Os atletas deverão comparecer no pavilhão 30 minutos antes da hora do seu treino, para que se possam equipar e aquecer. O aquecimento é da responsabilidade dos atletas/treinadores, devendo estar devidamente calçados na hora do seu treino;

→ Os atletas poderão estar acompanhados por no máximo 2 treinadores por clube (com o título reconhecido pelo IPDJ e devidamente inscritos no clube como treinadores) não sendo obrigatória a sua presença.

→ **Irá ser visionado o Free Program. Os treinadores deverão, preencher o formulário "Free Program Content Sheet 2023", disponibilizado pela World Skate, e enviar em formato pdf juntamente com a música em formato mp3, para a Comissão Técnica da APR, com carácter obrigatório, até dois (2) dias úteis antes do início do centro de treino, e sempre que os mesmos sofram alterações.**

09h30 às 11h00	Iniciados + Juvenis
11h00 às 12h30	Cadetes + Juniores
12h30 às 14h00	Benjamins + Infantis

QUALQUER QUESTAO, POR FAVOR, ESCLARECER VIA EMAIL

CTPA da APR
José Candeias
Gustavo D'Assunção
Cláudia Mourato