

6ª Feira - 21 setembro		Sábado - 22 setembro					Domingo - 23 setembro				Horário			
9h00 - 9h15	Acção de Formação Creditada "O Estágio Profissional no Contexto da Formação de Treinador de Desporto" Isabel Mesquita - Sala	9h00 - 9h15	Receção Workshops Práticos					9h00 - 9h15	Workshop 10 <i>Parkour - As regras da FIG e a abordagem à prática e sua adaptação à escola e ao clube</i> , Ilona E. Gerling + Alexandre Libânio Sala Multiusos 2	Workshop 12 <i>TEAMGYM - Fatores Condicionantes para Chegar a Elite</i> , por Vasco Santos, Carlos Pais e Diogo Pais - Sala Multiusos 3	Workshop 12 <i>Lateralidade em Ginástica Artística. O exemplo prático do treino das Piruetas</i> , por Flávio Bessi - Sala Guimagym 1	Workshop 13 <i>Gin. Aeróbica - Fatores Condicionantes para Chegar a Elite</i> , por Marta Coutinho - Sala Guimagym 2	MR 3- Mesa redonda "FISIOTERAPIA" "A sua importância na gestão da carreira desportiva", João Francisco, FGP - Sala Multiusos 4	9h00 - 9h15
9h15 - 9h30		9h15 - 9h30	9h30 - 9h45	9h45 - 10h00	10h00 - 10h15	10h15 - 10h30	10h30 - 9h45							
9h30 - 9h45		9h45 - 10h00	10h00 - 10h15	10h15 - 10h30	10h30 - 9h45	10h30 - 10h45	10h45 - 11h00							
9h45 - 10h00		10h00 - 10h15	10h15 - 10h30	10h30 - 10h45	10h45 - 11h00	11h00 - 11h15	11h15 - 11h30							
10h00 - 10h15		10h00 - 10h15	10h15 - 10h30	10h30 - 10h45	10h45 - 11h00	11h00 - 11h15	11h15 - 11h30							
10h15 - 10h30		10h15 - 10h30	10h30 - 10h45	10h45 - 11h00	11h00 - 11h15	11h15 - 11h30	11h30 - 11h45							
10h30 - 10h45		10h30 - 10h45	10h45 - 11h00	11h00 - 11h15	11h15 - 11h30	11h30 - 11h45	11h45 - 12h00							
10h45 - 11h00		10h45 - 11h00	11h00 - 11h15	11h15 - 11h30	11h30 - 11h45	11h45 - 12h00	12h00 - 12h15							
11h00 - 11h15		11h00 - 11h15	11h15 - 11h30	11h30 - 11h45	11h45 - 12h00	12h00 - 12h15	12h15 - 12h30							
11h15 - 11h30		11h15 - 11h30	11h30 - 11h45	11h45 - 12h00	12h00 - 12h15	12h15 - 12h30	12h30 - 12h45							
11h30 - 11h45	11h30 - 11h45	11h45 - 12h00	12h00 - 12h15	12h15 - 12h30	12h30 - 12h45	12h45 - 13h00								
11h45 - 12h00	11h45 - 12h00	12h00 - 12h15	12h15 - 12h30	12h30 - 12h45	12h45 - 13h00	13h00 - 13h15								
12h00 - 12h15	12h00 - 12h15	12h15 - 12h30	12h30 - 12h45	12h45 - 13h00	13h00 - 13h15	13h15 - 13h30								
12h15 - 12h30	12h15 - 12h30	12h30 - 12h45	12h45 - 13h00	13h00 - 13h15	13h15 - 13h30	13h30 - 13h45								
12h30 - 12h45	12h30 - 12h45	12h45 - 13h00	13h00 - 13h15	13h15 - 13h30	13h30 - 13h45	13h45 - 14h00								
12h45 - 13h00	12h45 - 13h00	13h00 - 13h15	13h15 - 13h30	13h30 - 13h45	13h45 - 14h00	14h00 - 14h15								
13h00 - 13h15	13h00 - 13h15	13h15 - 13h30	13h30 - 13h45	13h45 - 14h00	14h00 - 14h15	14h15 - 14h30								
13h15 - 13h30	13h15 - 13h30	13h30 - 13h45	13h45 - 14h00	14h00 - 14h15	14h15 - 14h30	14h30 - 14h45								
13h30 - 13h45	13h30 - 13h45	13h45 - 14h00	14h00 - 14h15	14h15 - 14h30	14h30 - 14h45	14h45 - 15h00								
13h45 - 14h00	13h45 - 14h00	14h00 - 14h15	14h15 - 14h30	14h30 - 14h45	14h45 - 15h00	15h00 - 15h15								
14h00 - 14h15	14h00 - 14h15	14h15 - 14h30	14h30 - 14h45	14h45 - 15h00	15h00 - 15h15	15h15 - 15h30								
14h15 - 14h30	14h15 - 14h30	14h30 - 14h45	14h45 - 15h00	15h00 - 15h15	15h15 - 15h30	15h30 - 15h45								
14h30 - 14h45	14h30 - 14h45	14h45 - 15h00	15h00 - 15h15	15h15 - 15h30	15h30 - 15h45	15h45 - 16h00								
14h45 - 15h00	14h45 - 15h00	15h00 - 15h15	15h15 - 15h30	15h30 - 15h45	15h45 - 16h00	16h00 - 16h15								
15h00 - 15h15	15h00 - 15h15	15h15 - 15h30	15h30 - 15h45	15h45 - 16h00	16h00 - 16h15	16h15 - 16h30								
15h15 - 15h30	15h15 - 15h30	15h30 - 15h45	15h45 - 16h00	16h00 - 16h15	16h15 - 16h30	16h30 - 16h45								
15h30 - 15h45	15h30 - 15h45	15h45 - 16h00	16h00 - 16h15	16h15 - 16h30	16h30 - 16h45	16h45 - 17h00								
15h45 - 16h00	15h45 - 16h00	16h00 - 16h15	16h15 - 16h30	16h30 - 16h45	16h45 - 17h00	17h00 - 17h15								
16h00 - 16h15	16h00 - 16h15	16h15 - 16h30	16h30 - 16h45	16h45 - 17h00	17h00 - 17h15	17h15 - 17h30								
16h15 - 16h30	16h15 - 16h30	16h30 - 16h45	16h45 - 17h00	17h00 - 17h15	17h15 - 17h30	17h30 - 17h45								
16h30 - 16h45	16h30 - 16h45	16h45 - 17h00	17h00 - 17h15	17h15 - 17h30	17h30 - 17h45	17h45 - 18h00								
16h45 - 17h00	16h45 - 17h00	17h00 - 17h15	17h15 - 17h30	17h30 - 17h45	17h45 - 18h00	18h00 - 18h15								
17h00 - 17h15	17h00 - 17h15	17h15 - 17h30	17h30 - 17h45	17h45 - 18h00	18h00 - 18h15	18h15 - 18h30								
17h15 - 17h30	17h15 - 17h30	17h30 - 17h45	17h45 - 18h00	18h00 - 18h15	18h15 - 18h30	18h30 - 18h45								
17h30 - 17h45	17h30 - 17h45	17h45 - 18h00	18h00 - 18h15	18h15 - 18h30	18h30 - 18h45	18h45 - 19h00								
17h45 - 18h00	17h45 - 18h00	18h00 - 18h15	18h15 - 18h30	18h30 - 18h45	18h45 - 19h00	19h00 - 19h15								
18h00 - 18h15	18h00 - 18h15	18h15 - 18h30	18h30 - 18h45	18h45 - 19h00	19h00 - 19h15	19h15 - 19h30								
18h15 - 18h30	18h15 - 18h30	18h30 - 18h45	18h45 - 19h00	19h00 - 19h15	19h15 - 19h30	19h30 - 19h45								
18h30 - 18h45	18h30 - 18h45	18h45 - 19h00	19h00 - 19h15	19h15 - 19h30	19h30 - 19h45	19h45 - 20h00								
18h45 - 19h00	18h45 - 19h00	19h00 - 19h15	19h15 - 19h30	19h30 - 19h45	19h45 - 20h00	20h00 - 20h15								
19h00 - 19h15	19h00 - 19h15	19h15 - 19h30	19h30 - 19h45	19h45 - 20h00	20h00 - 20h15	20h15 - 20h30								
19h15 - 19h30	19h15 - 19h30	19h30 - 19h45	19h45 - 20h00	20h00 - 20h15	20h15 - 20h30	20h30 - 20h45								
19h30 - 19h45	19h30 - 19h45	19h45 - 20h00	20h00 - 20h15	20h15 - 20h30	20h30 - 20h45	20h45 - 21h00								
19h45 - 20h00	19h45 - 20h00	20h00 - 20h15	20h15 - 20h30	20h30 - 20h45	20h45 - 21h00	21h00 - 21h15								
19h45 - 20h00	19h45 - 20h00	20h00 - 20h15	20h15 - 20h30	20h30 - 20h45	20h45 - 21h00	21h00 - 21h15								
20h00 - 20h15	20h00 - 20h15	20h15 - 20h30	20h30 - 20h45	20h45 - 21h00	21h00 - 21h15	21h15 - 21h30								
20h15 - 20h30	20h15 - 20h30	20h30 - 20h45	20h45 - 21h00	21h00 - 21h15	21h15 - 21h30	21h30 - 23h00								
20h30 - 20h45	20h30 - 20h45	20h45 - 21h00	21h00 - 21h15	21h15 - 21h30	21h30 - 23h00									
20h45 - 21h00	20h45 - 21h00	21h00 - 21h15	21h15 - 21h30	21h30 - 23h00										
21h00 - 21h15	21h00 - 21h15	21h15 - 21h30	21h30 - 23h00											
21h15 - 21h30	21h15 - 21h30	21h30 - 23h00												
21h30 - 23h00	21h30 - 23h00													



Competição	
Escola	
Saúde	
Segurança	
Gestão	