



## Associação de Atletismo de Aveiro

### Com. Oficial N.º 31 – 2008/09

Data: 25 de Setembro de 2009

#### Formação Ano 2009

Comunicamos a todos os Clubes Filiados na A.A. Aveiro e demais interessados o seguinte:  
A Direcção Técnica Regional da A.A. de Aveiro, vai realizar um conjunto de Acções de Formação durante os meses de Outubro e Novembro, com aulas teóricas e práticas, com atletas e os seus Técnicos.

A primeira formação será a disciplina de Peso dia 3 (Sábado) Manhã às 9H30  
Tarde às 15H00

A segunda formação será a disciplina de Disco dia 4 (Domingo) Manhã às 9H30

Responsável pela Formação Técnico Júlio Cirino

#### Atletas convocados PESO-Sábado Dia 3

Nome	Ano	Clube	Nome	Ano	Clube
Sérgio Nolasco	1996	ADERCUS	Filipa Mota	1996	GDL
Leonardo Gonçalves	1996	NAC	Andreia Gomes	1994	GCDS
José Pinho	1995	NAC	Débora Tavares	1993	GCDS
Bruno Ferreira	1996	ACB	Ana Coelho	1993	ESJD
Flávio Ferreira	1994	ACB			
Margarida Pereira	1996	ACB			
Elvis Matias	1995	GRECAS	Carlos Graça	1994	ACDI
Ricardo Freitas	1993	GRECAS			
Diana Hernandez	1993	GRECAS			
Tiago Ferreira	1995	ADREP	Mário Marques	1993	GJPB

#### DISCO-Domingo Dia 4

Nome	Ano	Clube	Nome	Ano	Clube
Leonardo Gonçalves	1996	NAC	Elvis Matias	1995	GRECAS
José Pinho	1995	NAC	Ricardo Freitas	1993	GRECAS
			Diana Hernandez	1993	GRECAS
Tiago Ferreira	1995	ADREP	Jorge Vilar	1993	DG
Flávia Costa	1994	ADREP	Fabiana Ferreira	1995	DG
Cristiano Santos	1993	ACRDE	Mário Marques	1993	GJPB
Ana Coelho	1993	ESJD			

Agradecemos a presença dos Técnicos no acompanhamento dos trabalhos dos seus atletas.  
Local da Formação: Pista de Atletismo de Aveiro

Direcção Técnica Distrital