

Convocatória N.º 9 - Seleção Nacional VII

Treinos de Preparação para o World Rugby Sevens Challenger Series 2020

Semana: 02 a 05 de Fevereiro de 2020

Local: CAR Jamor



	Nome	Clube
1	André Abrantes	AA Coimbra
2	Gonçalo Prazeres	AEIS Agronomia
3	Pedro Herédia	AEIS Agronomia
4	Diogo Sarmento	AEIS Agronomia
5	José do Carmo Câmara	AEIS Agronomia
6	Tomás Cabral	AEIS Agronomia
7	Diogo Salgado	AEIS Técnico
8	Francisco Salgado	AEIS Técnico
9	Pedro Lucas	AEIS Técnico
10	Nuno Sousa Guedes	CDUP
11	Pedro Cordeiro	CDUP
12	David Wallis de Carvalho	CF Belenenses
13	Duarte Moreira	CF Belenenses
14	João Freudenthal	CF Belenenses
15	José Paiva dos Santos	CF Belenenses
16	Manuel Pinto	CF Belenenses
17	Gonçalo Santos	CF Belenenses
18	Rodrigo Freudenthal	CF Belenenses
19	Francisco Nobre	GD Direito
20	Frederico Filipe	GD Direito
21	João Palhavã Silva	GD Direito
22	Francisco Bessa	SL Benfica

ESTRUTURA TÉCNICA

Treinadores	Frederico Sousa
Preparador Físico	Lino Rebolo
Fisioterapeuta	José Carlos Rodrigues / Paulo Vital



Convocatória N.º 9 - Seleção Nacional VII

Treinos de Preparação para o World Rugby Sevens Challenger Series 2020

Semana: 02 a 05 de Fevereiro de 2020

Local: CAR Jamor



Programa de Treinos

Data	Atividade	Duração	Jogadores	Local
02/02 (2ª Feira)	Treinos Nacionais	18h30 às 20h30	22	CAR-Jamor
03/02 (3ª Feira)		12h30 às 13h30		
04/02 (4ª Feira)		18h30 às 20h30		
05/02 (5ª Feira)		12h30 às 13h30		

Obs. :

•Os atletas lesionados deverão enviar Relatório Médico ou estarem presentes para serem avaliados pelo Departamento Médico da FPR.

•Qualquer ausência ou impedimento de outra ordem, deve ser comunicada antecipadamente via clube.

