

Convocatória n.º1 Seleção Nacional Feminina de Sevens

Estágio Nacional

Data: 16 de Dezembro

Local: Lisboa – CAR Jamor



	NOME	CLUBE
1	ANTÓNIA BRAGA MARTINS	SPORTING CP
2	INÊS MARQUES	SPORTING CP
3	ISABEL OZÓRIO	SPORTING CP
4	JÚLIA ARAÚJO	SPORTING CP
5	MARIA LEZITA GUERREIRO	SPORTING CP
6	MARIA HEITOR	SPORTING CP
7	CONSTANÇA SERRA	SPORTING CP
8	CATARINA RIBEIRO	SC PORTO
9	DANIEAL CORREIA	SC PORTO
10	SOFIA RIOS	SC PORTO
11	MARIANA MARQUES	AEESA COIMBRA
12	RAQUEL COSTA	AEESA COIMBRA
13	INÊS OLIVEIRA	AEESA COIMBRA
14	BÁRBARA VALENTE	AEESA COIMBRA
15	MELISSA VEIGA	AEESA COIMBRA
16	INÊS SPINOLA DUARTE	RC BAIRRADA
17	FRANCISCA PEREIRA	RC TONDELA
18	SANDRA DIAS	RC TONDELA
19	SARA JÉSSICA SILVA	RC TONDELA
20	ADRIANA GOUVEIA	RC TONDELA
21	DANIELA OLIVEIRA	RC TONDELA
22	BEATRIZ OLIVEIRA	SL BENFICA
23	IRIS ROCHA	SL BENFICA
24	CATARINA ANTUES	SL BENFICA
25	CATARINA SILVA	SL BENFICA
26	SUSANA MONTEIRO	GDS CASCAIS

Programa de Treinos

	Atividade	Duração	Jogadores	Local
DEZEMBRO 2017				
16 (Sáb.)	TREINO 1	<i>Concentração 10h30</i> 11h00 – 12h45	26	CAR-Jamor
	TREINO 2	15h00 – 17h00	26	CAR-Jamor