



7.Março.2014

Seleções Masculinas de Hóquei em Campo**Plano de preparação Março-Setembro 2014 (sujeito a alterações)**

Data	Dia	Atividade	Escalões envolvidos		Horário	Local
			Sub 21	Sen		
17-Mar-2014	segunda-feira	Treino Zonal N/S			20:00 - 22:00	Lousada e Jamor
24-Mar-2014	segunda-feira	Treino Zonal N/S			20:00 - 22:00	Lousada e Jamor
31-Mar-2014	segunda-feira	Treino Zonal N/S			20:00 - 22:00	Lousada e Jamor
07-Abr-2014	segunda-feira	Treino Zonal N/S			20:00 - 22:00	Lousada e Jamor
14-Abr-2014	segunda-feira	Treino Zonal N/S			20:00 - 22:00	Lousada e Jamor
21-Abr-2014	segunda-feira	Treino Zonal N/S			20:00 - 22:00	Lousada e Jamor
28-Abr-2014	segunda-feira	Treino Zonal N/S			20:00 - 22:00	Lousada e Jamor
05-Mai-2014	segunda-feira	Treino Zonal N/S			20:00 - 22:00	Lousada e Jamor
12-Mai-2014	segunda-feira	Treino Zonal N/S			20:00 - 22:00	Lousada e Jamor
19-Mai-2014	segunda-feira	Treino Zonal N/S			20:00 - 22:00	Lousada e Jamor
26-Mai-2014	segunda-feira	Treino Zonal N/S			20:00 - 22:00	Lousada e Jamor
02-Jun-2014	segunda-feira	Treino Zonal N/S			20:00 - 22:00	Lousada e Jamor
03-Jun-2014	terça-feira	Treino Zonal N/S			22:00 - 00:00	Lousada e Jamor
05-Jun-2014	quinta-feira	Treino Zonal N/S			22:00 - 00:00	Lousada e Jamor
07-Jun-2014	sábado	Treino Zonal N/S			22:00 - 00:00	Lousada e Jamor
09-Jun-2014	segunda-feira	Treino Zonal N/S			20:00 - 22:00	Lousada e Jamor
10-Jun-2014	terça-feira	Treino Zonal N/S			22:00 - 00:00	Lousada e Jamor
12-Jun-2014	quinta-feira	Treino Zonal N/S			22:00 - 00:00	Lousada e Jamor
14-Jun-2014	sábado	Treino Zonal N/S			22:00 - 00:00	Lousada e Jamor
16-Jun-2014	segunda-feira	Treino Zonal N/S			20:00 - 22:00	Lousada e Jamor
17-Jun-2014	terça-feira	Treino Zonal N/S			22:00 - 00:00	Lousada e Jamor
19-Jun-2014	quinta-feira	Treino Zonal N/S			20:00 - 22:00	Lousada e Jamor
21-Jun-2014	sábado	Treino Zonal N/S			22:00 - 00:00	Lousada e Jamor
23-Jun-2014	segunda-feira	Treino Zonal N/S			20:00 - 22:00	Lousada e Jamor
24-Jun-2014	terça-feira	Treino Zonal N/S			20:00 - 22:00	Lousada e Jamor
26-Jun-2014	quinta-feira	Treino Zonal N/S			20:00 - 22:00	Lousada e Jamor
28-Jun-2014	sábado	Treino Zonal N/S			20:00 - 22:00	Lousada e Jamor
30-Jun-2014	segunda-feira	Treino Zonal N/S			20:00 - 22:00	Lousada e Jamor
01-Jul-2014	terça-feira	Treino Zonal N/S			20:00 - 22:00	Lousada e Jamor
03-Jul-2014	quinta-feira	Treino Zonal N/S			20:00 - 22:00	Lousada e Jamor
05-Jul-2014	sábado	Estágio			A confirmar	Lousada
06-Jul-2014	domingo	Estágio			A confirmar	Lousada
07-Jul-2014	segunda-feira	Estágio			A confirmar	Lousada
08-Jul-2014	terça-feira	Estágio			A confirmar	Lousada
09-Jul-2014	quarta-feira	Estágio			A confirmar	Lousada
10-Jul-2014	quinta-feira	Estágio			A confirmar	Lousada
11-Jul-2014	sexta-feira	Estágio			A confirmar	Lousada
12-Jul-2014	sábado	Estágio			A confirmar	Lousada
13-Jul-2014	domingo	Europeu S21			-	Lousada
14-Jul-2014	segunda-feira	Europeu S21			-	Lousada
15-Jul-2014	terça-feira	Europeu S21			-	Lousada





7.Março.2014



16-Jul-2014	quarta-feira	Europeu S21			-	Lousada
17-Jul-2014	quinta-feira	Europeu S21			-	Lousada
18-Jul-2014	sexta-feira	Europeu S21			-	Lousada
19-Jul-2014	sábado	Europeu S21			-	Lousada
04-Ago-2014	segunda-feira	Treino Zonal N/S			20:00 - 22:00	Lousada
05-Ago-2014	terça-feira	Treino Zonal N/S			20:00 - 22:00	Lousada
07-Ago-2014	quinta-feira	Treino Zonal N/S			20:00 - 22:00	Lousada
09-Ago-2014	sábado	Treino Zonal N/S			20:00 - 22:00	Lousada
10-Ago-2014	domingo	Treino Zonal N/S			20:00 - 22:00	Lousada
12-Ago-2014	terça-feira	Treino Zonal N/S			20:00 - 22:00	Lousada
14-Ago-2014	quinta-feira	Treino Zonal N/S			20:00 - 22:00	Lousada
16-Ago-2014	sábado	Treino Zonal N/S			20:00 - 22:00	Lousada
17-Ago-2014	domingo	Treino Zonal N/S			20:00 - 22:00	Lousada
18-Ago-2014	segunda-feira	Treino Zonal N/S			20:00 - 22:00	Lousada
19-Ago-2014	terça-feira	Treino Zonal N/S			20:00 - 22:00	Lousada
21-Ago-2014	quinta-feira	Treino Zonal N/S			20:00 - 22:00	Lousada
22-Ago-2014	sexta-feira	Treino Zonal N/S			20:00 - 22:00	Lousada
23-Ago-2014	sábado	Treino Zonal N/S			20:00 - 22:00	Lousada
24-Ago-2014	domingo	Treino Zonal N/S			20:00 - 22:00	Lousada
25-Ago-2014	segunda-feira	Treino Zonal N/S			20:00 - 22:00	Lousada
26-Ago-2014	terça-feira	Treino Zonal N/S			20:00 - 22:00	Lousada
28-Ago-2014	quinta-feira	Treino Zonal N/S			20:00 - 22:00	Lousada
30-Ago-2014	sábado	Treino Zonal N/S			20:00 - 22:00	Lousada
31-Ago-2014	domingo	Treino Zonal N/S			20:00 - 22:00	Lousada
03-Set-2014	quarta-feira	Treino Zonal N/S			20:00 - 22:00	Lousada
05-Set-2014	sexta-feira	Estágio			A confirmar	Lousada
06-Set-2014	sábado	Estágio			A confirmar	Lousada
07-Set-2014	domingo	Estágio			A confirmar	Lousada
08-Set-2014	segunda-feira	Estágio			A confirmar	Lousada
09-Set-2014	terça-feira	World League R1			-	Lousada
10-Set-2014	quarta-feira	World League R1			-	Lousada
11-Set-2014	quinta-feira	World League R1			-	Lousada
12-Set-2014	sexta-feira	World League R1			-	Lousada
13-Set-2014	sábado	World League R1			-	Lousada

	Total presença de atletas deste escalão
	Forte presença de atletas deste escalão
	Ligeira presença de atletas deste escalão

Equipa Técnica**Selecionador Nacional:** Mário Almeida**Treinadores Sen/S21:** Marcos Ferreira, Bruno Santos, Carlos Silva**Diretor:** José Manuel Nunes**DTN:** André Oliveira**Responsável pelo Departamento Médico:** Dr. Pinto de Sousa