

## **Federação de Triatlo de Portugal**

### **Acção de Formação Contínua: “o Paratriatlo”**

**1,6 UC Componente específica Cédula Treinador Triatlo**

### **Programa**

**8h45** – recepção e acreditação dos participantes;

**9h** – Início; Abertura de Acção de Formação:

Dr. José Lourenço – Presidente do Comité Paraolímpico de Portugal

Dr. Filipe Rebelo – Vice Presidente do Comité Paraolímpico de Portugal

Dr. Victor Rodrigues – Presidente da Associação Regional de Triatlo da Madeira

**Formador: Dr. Urbino Santos**

#### **1ª parte**

9h20 - O Paratriatlo – uma modalidade para alguns, ou para muitos?;

10h15 - As várias categorias do Paratriatlo – classificação ITU;

#### **2ª parte**

11h30 - Próteses e equipamento adaptado para triatletas;

**13h – almoço**

**14h** – Metodologia de treino e periodização para paratriatletas;

**16h** – o desenvolvimento do Paratriatlo em clubes e associações desportivas.

**18h15** – Encerramento.

