



Formação contínua para treinadores

# **ESTRATÉGIAS DE ALIMENTAÇÃO E ESTILO DE VIDA PARA ALTA PERFORMANCE**

Dia 21 de Dezembro

Horário: 14h-19h

Local: Centro de alto Rendimento de Gaia

Inscrições:  
[joao.oliveira@fptm.pt](mailto:joao.oliveira@fptm.pt)  
contacto 963 163 231

Valor  
Treinadores: 20 euros  
Pais de atletas: 5 euros  
NIB: 0010 000014191480 00147