



# Associação de Basquetebol de Aveiro

(Instituição de Utilidade Pública)

Fundada em 21-11-1932

## Programa de Desenvolvimento de Treinadores

A Associação de Basquetebol de Aveiro irá lançar para 2025/2026 o seu Programa de Desenvolvimento de Treinadores. Com o objetivo de conseguir promover um crescimento qualitativo de forma diferenciada e efetiva será desenvolvido ao longo da época 2025/2026, abordando diferentes temáticas, com diferentes metodologias e com formadores de experiência reconhecida nas diferentes áreas do treino e não só.

Limite de participantes	6
Candidatura	- Data limite: 1 de dezembro - Carta de motivação - Manifestação de compromisso de participação
Crítérios de Seleção:	- Carta de motivação - Treinador de escalões de formação - Número de épocas como treinador
Custo	Gratuito para todos os selecionados
Avaliação	- Relatório de reflexão - Preparação de uma ação de formação para estagiários de grau 1

## Cronograma:

A formação está organizada em 5 módulos, sendo que entre os diferentes módulos pretendemos encontrar metodologias diferentes. Iniciando-se com formato Clinic, passando pela assistência a treinos de treinadores LPB e LFB, das seleções distritais da AB Aveiro, bem como sessões teóricas e workshop sobre as temáticas teóricas. Terminará com uma visita a Espanha a um clube de referência. A proximidade e contacto com os formadores é dos principais objetivos do formato.

		Tema	Preletores
20 de Dezembro	M1	Ser Treinador	David Gil e Ricardo Vasconcelos
		Scouting	David Gil
		Desenvolvimento Individual	David Gil e Ricardo Vasconcelos
Janeiro Fevereiro	M2	Sessão 1 – Treino LFB	Esgueira LF - André Janicas
		Sessão 2 – Treino LPB	Oliveirense LPB - João Figueiredo
		Sessão 3 – Treino LFB	Galitos LF - Luís Araújo
		Sessão 4 – Treino LPB	Esgueira LPB - Sérgio Silva
Março	M3	Preparação Física	Eric Dias
		Workshop Nutrição	Clinica Nutrição Aveiro
		Prevenção de Lesões	Baltazar Moutela
		Psicologia no Desporto	A indicar
Abril	M4	Sessão 1 – Prática de Formação	Seleção S12 - Luís Oliveira
		Sessão 2 – Prática de Formação	Seleção S16 - Ricardo Vasconcelos
		Sessão 3 – Prática de Formação	Seleção S14 – Bernardo Pires
		Sessão 4 – Prática de Formação	Seleção S14 – Gilda Correia
Junho	M5	Visita	Espanha

As candidaturas devem ser enviadas para [luís.oliveira@abaveiro.pt](mailto:luís.oliveira@abaveiro.pt) até 1 de dezembro de 2025.