

Planeamento das Atividades

Seleção Nacional Sub-20

Janeiro a Março 2019

Janeiro 2019

Domingo	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira	Sábado
		1	2	3	4	5
6	7	8	9 18h reunião clubes 19h Treino Regional	10	11	12
13	14	15	16 15h + 17h Treino Nacional	17	18	19
20	21	22	23 19h Treino Regional	24	25	26
27	28	29	30	31		

Fevereiro 2019

Domingo	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira	Sábado
					1	2
3	4	5	6 15h + 17h Treino Nacional (avaliações)	7	8	9
10	11 19h Treino Regional	12 19h Treino Regional	13	14 Canada Chegada Treino Nacional	15 Treino Nacional	16 Treino Nacional
17 Portugal x Canadá	18	19 Treino Regional	20 Treino Nacional x Canadá	21	22 Training Camp Espanha, França, Canada, Portugal	23 Training Camp Espanha, França, Canada, Portugal
24 Training Camp Espanha, França, Canada, Portugal	25	26	27	28		

Março 2019

Domingo	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira	Sábado
					1	2
3	4 Gym Treino Regional	5	6 Gym Treino Nacional	7 Gym Treino Regional	8	9
10	11 Gym/piscina Treino Regional	12	13 Gym Treino Regional	14 Gym	15 Estagio	16 Estagio/jogo
17 Estagio	18 Gym	19 Treino Regional	20 Gym Treino Nacional	21 Gym Treino regional	22	23 Gym
24	25 Gym Treino regional	26 Treino regional	27 Gym	28 Gym Treino Nacional	29 Treino Nacional	30 <u>Partida 10h00</u> Camp. Europa
31 Camp. Europa						

Abril 2019

Domingo	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira	Sábado
	1 Camp. Europa	2 Camp. Europa	3 Camp. Europa	4 Camp. Europa	5 Camp. Europa	6 Camp. Europa
7 Camp. Europa	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				