



CLASSE DE APERFEIÇOAMENTO TÉCNICO — CAT

Objetivos da Classe

- Captação com habilidade técnica e que se poderão tornar atletas da equipa de Competição do SCA
- Desenvolvimento de habilidades fundamentais na preparação de nadadores
- Introdução à via competitiva dos nadadores

Horários Treino					
	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
CAT 1	17h40/18h15		17h40/18h15		18h20/18h55
CAT 2		18h20/18h55		18h20/18h55	

CAT 1 e CAT 2

Frequência: 2 a 3 treinos por semana

Faixa etária: Meninas nascidas em 2017 e 2016; Meninos nascidos em 2016 e 2015

Treino de sexta: Treinador responsável deverá transmitir.

Treinador responsável



José Côrte-Real

Equipamento



Touca Oficial Competição



T-Shirt



Fato de banho (Feminino)



Sunga (Masculino)