Plano Distrital de Estágios

Seleções Distritais "Jovens Promessas"

Estágio nº 1 | Época 2022/2023

Exmos Senhores.

A ATMC vai realizar no domingo, dia **30 de outubro** de 2022 (**10h00 – 13h00**) o primeiro estágio da época 2022/23 para as Seleções Distritais "Jovens Promessas" de **Sub15** e **Sub19**. O estágio decorrerá no Pavilhão Galamba Marques, Figueira da Foz, e será supervisionado pelo Coordenador da Formação e Desenvolvimento da ATMC, **Miguel Ventura**.

ATLETAS CONVOCADOS:

JOGADOR (A)	CLUBE	ESCALÃO
Leonor Ferreira	Os Ugas ADC Ega	Sub19
Rita Costa	Ginásio	Sub19
Sofia Simões	Os Ugas ADC Ega	Sub19
Beatriz Oliveira	Os Ugas ADC Ega	Sub19
Íris Soares	SBU Alhadense	Sub15
Matilde Esteves	SBU Alhadense	Sub15
Tomás Picão	Os Ugas ADC Ega	Sub19
Ivan Ribeiro	Os Ugas ADC Ega	Sub19
Rodolfo Vilhena	ACM Coimbra	Sub19
João Matoso	Ginásio	Sub19
João Santo	Os Ugas ADC Ega	Sub19
Guilherme Ramos	Os Ugas ADC Ega	Sub19
Matteo Dimuccio	Os Ugas ADC Ega	Sub19
Diogo Pessoa	SC Povoense	Sub19
João Galvão	SC Povoense	Sub19
Gonçalo Bento	ACRD Casa Redinho	Sub19
Tomás Noro	ACRD Casa Redinho	Sub19
Afonso Fonseca	SBU Alhadense	Sub19
Miguel Gomes	Ginásio	Sub15
Rodrigo Gonçalves	ACRD Casal Redinho	Sub15

TREINADORES CONVIDADOS:
David Monteiro (CTM Coimbra), Fernando Sá (CP Tábua) e José Rebelo (CRCD Casal Redinho).

Os atletas e treinadores devem dar entrada no Pavilhão, até às **9h45.**

EQUIPAMENTOS: Todos os atletas devem trazer o seguinte material para o estágio:
- Raquete
- Sapatilhas Indoor (ténis de mesa)
- Meias, Calções;
- Tshirt da **ATMC** (Quem não tiver, deve solicitar para o email atmcoimbra@sapo.pt indicando o tamanho pretendido)
- Garrafa de água individual;
- Fato de Treino;

Nota: Em caso de não comparência, devem os atletas, treinadores e clubes informar a ATMC com cinco dias de antecedência para o email atmcoimbra@sapo.pt .

Melhores Cumprimentos

Coimbra, 10 de outubro de 2022

A DIREÇÃO