

CURSO TREINADOR DE TAEKWONDO GRAU III

CRONOGRAMA | COMPONENTE DE FORMAÇÃO ESPECÍFICA

<i>Dia</i>	<i>Horário</i>	<i>Unidade Formativa/Conteúdo</i>	<i>Formador/ Responsável</i>
Componente de Formação Geral			
2 Mar/2026		Reunião geral	Coordenação
12 Mar/2026		Início da Formação Geral (E-learning)	Gnosies
21 Mai/2026	20h	1ª Fase do Teste Presencial da Componente Geral	Diretor de Turma
5 Jun/2026	20h	2ª Fase do Teste Presencial da Componente Geral	Diretor de Turma
Componente de Formação Específica			
24 Mai/2026	09h00/13h00	Metodologia de Investigação, Projetos e Desenvolvimento do Taekwondo	4h <i>Carlos Mata</i>
(Dom) R. Maior	14h00/18h00	Planeamento e Periodização do Treino de Taekwondo III	4h <i>Carlos Mata</i>
06 Jun/2026	09h00/13h00	Avaliação, Controlo e Análise de Desempenho no Taekwondo	4h <i>Fernando Rocha</i>
(Sáb) R. Maior	14h00/18h00	Metodologia de Investigação, Projetos e Desenvolvimento do Taekwondo	4h <i>Fernando Rocha</i>
07 Jun/2026	09h00/13h00	Psicologia no treino, nas competições e nas lesões desportivas do Taekwondo	4h <i>António M.</i>
(Dom) R. Maior	14h00/18h00	Taekwondo III – Rendimento e Alto nível	4h <i>António M.</i>
13 Jun/2026	09h00/13h00	Metodologia de Investigação, Projetos e Desenvolvimento do Taekwondo	4h <i>Carlos Mata</i>
(Sáb) Gaia	14h00/18h00	Investigação aplicada e inovação no Taekwondo	4h <i>Carlos Mata</i>
14 Jun/2026	09h00/13h00	Organização e Gestão de Competições de Taekwondo	4h <i>Silvia Pereira</i>
(Dom) Gaia	14h00/18h00	Organização e Gestão de Competições de Taekwondo	4h <i>Silvia Pereira</i>
05 Set/2026	09h00/13h00	Investigação aplicada e inovação no Taekwondo	4h <i>Fernando Rocha</i>
(Sáb) R. Maior	14h00/18h00	Avaliação, Controlo e Análise de Desempenho no Taekwondo	4h <i>Fernando Rocha</i>
06 Set/2026	09h00/13h00	Psicologia no treino, nas competições e nas lesões desportivas do Taekwondo	4h <i>António M.</i>
(Dom) R. Maior	14h00/18h00	Taekwondo III – Rendimento e Alto Nível	4h <i>António M.</i>
12 Set/2026	09h00/13h00	Investigação aplicada e inovação no Taekwondo	4h <i>Carlos Mata</i>
(Sáb) Gaia	14h00/18h00	Planeamento e Periodização do Treino de Taekwondo III	4h <i>Carlos Mata</i>
13 Set/2026	09h00/13h00	Metodologia de Investigação, Projetos e Desenvolvimento do Taekwondo	4h <i>Silvia Pereira</i>
(Dom) Gaia	14h00/18h00	Metodologia de Investigação, Projetos e Desenvolvimento do Taekwondo	4h <i>Silvia Pereira</i>
26 Set/2026	09h00/13h00	Planeamento e Periodização do Treino de Taekwondo III	4h <i>António M.</i>
(Sáb) R. Maior	14h00/18h00	Taekwondo III – Rendimento e Alto Nível	4h <i>António M.</i>
27 Set/2026	09h00/13h00	Investigação aplicada e inovação no Taekwondo	4h <i>Fernando Rocha</i>
(Dom) R. Maior	14h00/16h00	Investigação aplicada e inovação no Taekwondo	2h <i>Fernando Rocha</i>
23 Out/2026	09h00/13h00	Planeamento e Periodização do Treino de Taekwondo III	4h <i>Carlos Mata</i>
(Sáb) R. Maior	14h00/18h00	Investigação aplicada e inovação no Taekwondo	4h <i>Carlos Mata</i>
21 Nov/2026	09h00/16h00	Investigação aplicada e inovação no Taekwondo Congresso	6h
(Sáb)			

Local de formação

Escola Superior de Desporto de Rio Maior - Av. Dr. Mário Soares nº 110 2040-413 *Rio Maior*

Centro de Alto Rendimento de Taekwondo - Rua Almeida Garrett, 4430-300 *Vila Nova de Gaia*