



17.Dezembro.2019

## Seleção Nacional

### EuroHockey Indoor Championship III Women – Bratislava, SKV

#### 2º Estágio Concentrado

Nome Completo	Data Nascimento	Clube
Alice Vieira Torres Matias	16/04/2001	Lisbon Casuals HC
Ana Teresa Valbom da Silva Nogueira	26/07/1996	Grupo Desportivo do Viso
Ângela Ramos Lima	28/09/1980	Lisbon Casuals HC
Beatriz André Ferreira	08/01/2002	Casa Pia Atlético Clube
Carla Alexandra Rodrigues Monteiro Ferreira	10/10/1986	Grupo Desportivo do Viso
Cláudia Isabel Borralho Fidalgo	31/01/1986	Lisbon Casuals HC
Daniela Cristina dos Anjos Nunes	27/01/2003	Clube Futebol Benfica
Ermelinda Celeste Alves Pereira	18/12/1989	Grupo Desportivo do Viso
Flávia Alexandra Cardoso Oliveira	24/12/2001	Grupo Desportivo do Viso
Helena Maria Pereira de Medeiros e Melo (GR)	05/09/1999	Lisbon Casuals HC
Isabel Gregg Lopes da Silva	10/07/2000	Lisbon Casuals HC
Joana Maria Moreira da Silva Santos	19/08/1987	Grupo Desportivo do Viso
Katarina Assunção Freire Proença de Sousa	23/11/2004	Clube Futebol Benfica
Maegan Gregg Lopes da Silva	28/02/1996	Casa Pia Atlético Clube
Maria Mateus Leitão	30/05/2002	Lisbon Casuals HC
Marisa Gabriella Mevrouw	19/11/2002	AMHC Fit
Sara Raquel Magalhães Ferraz	24/09/1990	Grupo Desportivo do Viso
Sónia Crestina Ferreira Ribeiro Bruce	05/09/1984	Grupo Desportivo do Viso

\*Notas: O planeamento poderá sofrer alterações mediante entendimento da equipa técnica.

- Na eventualidade de não comparência ao treino, devem os atletas enviar email para [geral@fphoquei.pt](mailto:geral@fphoquei.pt) apresentando justificação devidamente fundamentada.

#### Equipa Técnica

Selecionador Nacional: Bernardo Fernandes

Treinadores: Hugo Santos/João Freitas

Team Manager: Sónia Santos

Fisioterapeuta: Sofia Mateus





17.Dezembro.2019

**Planeamento**

Data	Ação	Local	Horários
<b>Dezembro</b>			
21.Dez.2019	Treino Concentrado	Nogueira	10:00h às 12:00h
			15:00h às 16:30h
			20:00h às 21:30h
22.Dez.2019	Treino Concentrado	Nogueira	09:30h às 11:00h
			15:00h às 16:30h

\*Nota: O planeamento apresentado poderá sofrer alterações, mediante entendimento da equipa técnica.

