

**Seleção Nacional****Seniores Femininos**

EuroHockey Indoor Championship II (W) 2024

9-11 fevereiro 2024

1ª Convocatória – Estágios Concentrados

Nome	Clube
Alice Vieira Torres Matias	Casa Pia AC
Ana Teresa Valbom da Silva Nogueira	GD Viso
Andreia Filipa Covas Rebelo	Lisbon Casuals HC
Beatriz Cândido Freitas Rodrigues	CF Benfica
Carla Alexandra Rodrigues Monteiro Ferreira	GD Viso
Daniela Cristina dos Anjos Nunes	CF Benfica
Emma Guilloret	Royal Orée
Helena Maria Pereira de Medeiros e Melo	Casa Pia AC
Inês de Oliveira Cardoso	Lisbon Casuals HC
Isabel Gregg da Silva	Lisbon Casuals HC
Katarina Assunção Freire Proença de Sousa	CF Benfica
Maria Mateus Leitão	Lisbon Casuals HC
Mariana Cristina Vieira Amorim Teixeira	GD Viso
Sónia Crestina Ferreira Ribeiro Bruce	GD Viso

Planeamento dos Estágios

	Data	Hora	Ação
ESTÁGIO 1 OLIVAIS	6 de Janeiro	11:00 - 13:00	Treino – Pavilhão Sarah Afonso
		14:00	Almoço
		18:30- 20:30	Treino – Pavilhão Sarah Afonso
		21:00	Regresso ao Porto
ESTÁGIO 2 OLIVAIS	20 de Janeiro	07:00	Saída do Porto
		11:00 - 13:00	Treino – Pavilhão Sarah Afonso
		14:00	Almoço
		19:00 – 21:00	Treino – Pavilhão Sarah Afonso
		22:00	Jantar
	23:00	Recolher	
	21 de Janeiro	10:00 – 12:00	Treino – Pavilhão Sarah Afonso
13:00		Almoço	





18. dezembro .2023



		17:00- 19:00	Treino – Pavilhão Sarah Afonso
		20:30	Regresso ao Porto
ESTÁGIO 3 OLIVAIS	03 de Janeiro	07:00	Saída do Porto
		11:00 – 13:00	Treino – Pavilhão Sarah Afonso
		14:00	Almoço
		19:30 – 21:30	Treino – Pavilhão Sarah Afonso
		22:00	Jantar
		23:00	Recolher
	04 de Janeiro	11:00 – 13:00	Treino – Pavilhão Sarah Afonso
		14:00	Almoço
		17:00-19:00	Treino – Pavilhão Sarah Afonso
		20:00	Regresso ao Porto

Equipa Técnica:

Treinador: João Miguel Freitas

Treinador Adjunto: Filipe Romão

Team Manager: Patrícia Ângelo



***Notas:** O planeamento poderá sofrer alterações mediante entendimento da equipa técnica.
A convocatória final será divulgada a 4 de fevereiro.

- As atletas menores de idade necessitarão de autorização dos encarregados de educação para viajar.
- Todas as atletas terão de possuir passaporte, cartão europeu de saúde válido.
- Caso necessitem de alguma justificação devem solicitar através do email geral@fphoquei.pt.
- Na eventualidade de não comparência, devem as atletas enviar email para geral@fphoquei.pt apresentando justificação devidamente fundamentada



