II Fórum Lusófono de Voleibol BRASIL - Detecção e Treino de Jovens Talentos
Dias 08, 09 e 10 de Maio de 2008

Dando seguimento aos Grandes Congressos realizados na Universidade, o Lusófona Voleibol Clube e o Departamento de Educação Física Desporto e Lazer em parceria com Direcção Regional de Educação de Lisboa – Desporto Escolar, Câmara Municipal de Lisboa, Associação de Voleibol de Lisboa, Federação Portuguesa de Voleibol e Real Federacion Espanhola de Voleibol, lançam a organização do II Fórum Lusófono de Voleibol, evento que marcará o ano desportivo de 2008.

Mais uma vez a realidade do melhor Voleibol Mundial, o Voleibol Brasileiro, com a presença do treinador da formação com maior currículo internacional – oito vezes campeão Mundial – PERCY ONCKEN, actual treinador da Selecção Júnior Masculina Brasileira, treinador da equipa da Superliga ULBRA, acompanhado pelo preparador Físico da Selecção Júnior, Sérgio Marçan, numa temática dirigida para a detecção de talentos e trabalho da formação para a alta competição.
Lançados os condimentos para três dias de Voleibol ao mais alto nível.

Formadores:
PERCY ONCKEN – Treinador Selecção Brasil Júnior Masculina
Treinador Equipa Superliga Brasileira ULBRA

SERGIO MANÇAN – Preparador Físico Selecção Brasil Júnior Masculina
Preparador Físico Equipa Superliga Brasileira ULBRA

Currículo Formadores

PERCY ONCKEN
- Campeão Mundial – 08 títulos conquistados Juniores e Cadetes
- Campeão Pan-Americano
- Campeão Sul-Americano
- 4º Classificado Superliga 2006/2007

SERGIO MANÇAN
- Campeão Mundial
- Campeão Pan-Americano
- Campeão Sul-Americano
- 4º Classificado Superliga 2006/2007

Comissão Organizadora

- João Saudade e Silva
- José Jardim
- Filipe Alves

Organização
- LUSÓFONA VOLEIBOL CLUBE
- DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA DESPORTO E LAZER

Preçário
Até 19 de Abril de 2008
Estudantes Educação Física Universidade Lusófona – 30,00 €
Estudantes Educação Física Restantes Instituições – 40,00 €
Docentes Universidade Lusófona – 40,00 €
Sócios ANTV (cópia cartão) – 60,00 €
Inscrição Normal – 80,00 €

De 20 de Abril a 02 de Maio de 2008
Estudantes Educação Física Universidade Lusófona – 40,00 €
Estudantes Educação Física Restantes Instituições – 50,00 €
Docentes Universidade Lusófona – 50,00 €
Sócios ANTV (cópia cartão) – 70,00 €
Inscrição Normal – 90,00 €

A partir de 03 de Maio de 2008
Preço único 110,00 €

Informações:
Departamento de educação Física e Desporto
Sra. Isabel Llorente
Email: efd@ulusofona.pt

www.ulusofona.p

Programa

Dia 08 de Maio de 2008
13.00 h – Credenciação
14.00 h – Sessão de abertura
14.30 h - Percy Oncken
- Detecção de talentos no Voleibol Brasileiro
- Parâmetros técnicos e físicos do jovem jogador

17.00 h – Sérgio Mançan
- Princípios do Treino Desportivo aplicados ao voleibol
. Analise qualitativa e quantitativa do voleibol
- Preparação Física de jovens talentos

19.00 h – Final primeiro dia

Dia 09 de Maio de 2008
09.00 h – Sérgio Mançan
- Aplicação e controle das cargas de treino para o desenvolvimento das capacidades físicas
. Força, velocidade, flexibilidade e resistência.

10.30 h - Percy Oncken
- Características especiais dos fundamentos do jogo de Voleibol – exemplo brasileiro

11.30 h – Percy Oncken - Prática
- Fundamentos do jogo

13.30 h – Final período da manhã

15.30 h – Sérgio Mançan
- Macrociclo de Treino
. Sessão de treino, dia de treino, Microciclo, Mesociclo

17.00 h – Percy Oncken - Prática
- Fundamentos do jogo

19.00 h – Final segundo dia

Dia 10 de Maio de 2008
09.00 h – Sérgio Mançan
- Prevensões de lesões no voleibol
- Musculação para o desenvolvimento da Força e Equilíbrio muscular.

10.30 h – Percy Oncken
- Características do jogo de voleibol da Categoria Cadetes, Junior e adulto.
11.30 h – Percy Oncken - Prática
- Fundamentos do jogo

13.30 h – Final período manhã

15.30 h – Percy Onken
- Avaliação de equipa adversária e estratégia de jogo

17.00 h – Percy Oncken - Prática
- Treino combinado por objetivo

18.30 h – Encerramento