

## II CURSO DE TREINADOR DE ALTO NÍVEL DE SALTOS ORNAMENTAIS

### Programa e Apresentações

#### Dia 1 - 21 de julho de 2016

<b>14:00 - 14:30</b>	Abertura Oficial do Curso	Ricardo Moreira
<b>14:30 - 16:00</b>	Saltos Ornamentais na China	Yun Hu
<b>16:00 - 16:20</b>	Coffee Break	
<b>16:20 - 18:00</b>	Seleção de Talentos	Yun Hu
<b>19:00 - 20:00</b>	Jantar	

#### Dia 2 - 22 de julho de 2016

<b>09:00 - 12:00</b>	Prática - treinamentos	Yun Hu
<b>12:30 - 13:30</b>	Almoço	
<b>13:30 - 14:45</b>	Psicomotricidade	Alexandre Rezende
<b>14:45 - 16:00</b>	Psicologia - Emoções nos saltos ornamentais	Paloma Vaz
<b>16:00 - 16:20</b>	Coffee Break	
<b>16:20 - 18:00</b>	Formação dos Saltos Básicos Infantil e Juvenil	Yun Hu
<b>19:00 - 20:00</b>	Jantar	

#### Dia 3 - 23 de julho de 2016

<b>09:00 - 12:00</b>	Prática - treinamentos	Yun Hu
<b>12:30 - 13:30</b>	Almoço	
<b>14:00 - 18:00</b>	Prática 1 – Formação dos saltos básicos	Yun Hu
<b>19:00 - 20:00</b>	Jantar	

#### Dia 4 - 24 de julho de 2016

<b>08:30 - 10:00</b>	Lesão na coluna (saltos costas e pontapé)	Yun Hu
<b>10:00 - 10:20</b>	Coffee Break	
<b>10:20 - 12:00</b>	Spotting	Yun Hu
<b>12:00 - 12:30</b>	Encerramento e Diplomação do Curso	