

		COMP.	ACADEMIA	SELECÇÃO SUB 19	TREINO FÍSICO
<b>DEZ 08</b>	21/22/23 Dom/2ª/3ª		<b>Jogo – Andalusia</b>	<b>ESTÁGIO NACIONAL</b>	
<b>JAN 09</b>	10/11	8ª J			GINÁSIO 3ª e 5ª
	12 – 2ª F		TREINO REGIONAL		
	17/18	9ª J			
	19 – 2ª F		TREINO REGIONAL		
	24/25	10ª J			
	26 – 2ª F		<b>TREINO NACIONAL</b>		
<b>FEV 09</b>	31/1	11ª J			GINÁSIO 3ª e 5ª
	2 – 2ª F		TREINO REGIONAL		
	7/8	12ª J			
	9 – 2ª F		TREINO REGIONAL		
	14/15	13ª J			
	16 – 2ª F		TREINO REGIONAL		
	20/21 6ª/Sáb	<b>Carnaval</b>	<b>Jogo – Sub 18</b>	<b>CONCENTRAÇÃO NACIONAL</b>	
28/1	14ª J				
<b>MAR 09</b>	2 – 2ª F		TREINO REGIONAL		GINÁSIO 3ª e 5ª
	7/8	Acerto			
	9 – 2ª F		TREINO REGIONAL		
	14/15	1ª FF			
	16 – 2ª F		TREINO REGIONAL		
	21/22	2ª FF			
	23 – 2ª F		TREINO REGIONAL		
	28/29	3ª FF			
	30 – 2ª F		<b>TREINO NACIONAL</b>		
<b>ABR 09</b>	6/7 2ª/3ª	<b>Páscoa</b>	<b>Jogo – Sub 21?</b>	<b>CONCENTRAÇÃO NACIONAL</b>	GINÁSIO 3ª e 5ª
	11/12	Páscoa			
	18/19	4ª FF			
	20 – 2ª F		TREINO REGIONAL		
	25/26	5ª FF			
	27 – 2ª F		<b>TREINO NACIONAL</b>		

<b>MAI 09</b>	1/2/3	6ª FF			<b>GINÁSIO</b> 3ª e 5ª
	4 – 2ª F		TREINO REGIONAL		
	9/10				
	11 – 2ª F		TREINO REGIONAL		
	16/17	¼ TP			
	18 – 2ª F		TREINO REGIONAL		
	23/24	½ TP			
	25 – 2ª F		<b>TREINO NACIONAL</b>		
	27 – 4ª F			<b>TREINO NACIONAL</b>	
30/31	Final TP				
<b>JUN 09</b>	3 – 4ª F			<b>TREINO NACIONAL</b>	<b>GINÁSIO</b> 2ª/3ª/5ª
	8 – 2ª F			<b>TREINO NACIONAL</b>	
	17 – 4ª F			<b>TREINO NACIONAL</b>	
	24 – 4ª F			<b>TREINO NACIONAL</b>	
	27/28 Sáb/Dom		Jogo – A definir	<b>CONCENTRAÇÃO NACIONAL</b>	
<b>JUL 09</b>	1 – 4ª F			<b>TREINO NACIONAL</b>	
	8 – 4ª F			<b>TREINO NACIONAL</b>	
	11/12 Sáb/Dom	??	Jogo – A definir	<b>CONCENTRAÇÃO NACIONAL</b>	
<b>SET 09</b>	4/5/6 6ª/Sáb/Dom		<b>Jogo – A definir</b>	<b>ESTÁGIO NACIONAL</b>	<b>GINÁSIO</b> 2ª/3ª/5ª
	9 – 4ª F			<b>TREINO NACIONAL</b>	
	11/12 6ª/Sáb		Jogo – A definir	<b>CONCENTRAÇÃO NACIONAL</b>	
	16 – 4ª F			<b>TREINO NACIONAL</b>	
	19 a 27 Sáb a Dom		<b>2 a 3 Jogos - A Definir</b>	<b>DIGRESSÃO</b>	
<b>OUT 09</b>	7 – 4ª F			<b>TREINO NACIONAL</b>	
	9/10/11 6ª/Sáb/Dom		<b>Jogo – Espanha</b>	<b>ESTÁGIO NACIONAL</b>	
	14 – 4ª F			<b>TREINO NACIONAL</b>	
	16/17/18 6ª/Sáb/Dom		<b>Jogo – A definir</b>	<b>ESTÁGIO NACIONAL</b>	
	21 – 4ª F			<b>TREINO NACIONAL</b>	
	23 a 31 6ª a Dom			<b>CAMPEONATO DA EUROPA SUB 19</b>	

<b>TREINOS NACIONAIS</b>	<b>TREINOS REGIONAIS</b>	<b>1 DIGRESSÃO</b>
<b>36</b>	<b>0</b>	<b>8</b>
<b>44 DIAS DE TREINO DE CAMPO</b>		
<b>7 ESTÁGIOS</b>		
<b>12 JOGOS</b>		
<b>CAMPEONATO DA EUROPA - ROMÉLIA</b>		