

Convocatória N.º 4 - Seleção Nacional XV

Treinos de preparação para os Jogos Internacionais

Data: Janeiro a Abril

Local: Lisboa – CAR Jamor



	Nome	Clube
1	Manuel Picão Eusébio	AA Coimbra
2	António Cortes	AEIS Agronomia
3	Fernando Almeida	AEIS Agronomia
4	João Lima	AEIS Agronomia
5	José Sousa D'Alte	AEIS Agronomia
6	Martim Cardoso	AEIS Agronomia
7	André Arrojado	AEIS Técnico
8	António Marques	AEIS Técnico
9	Bruno Rocha	AEIS Técnico
10	Manuel Serrano	AEIS Técnico
11	Raffaele Storti	AEIS Técnico
12	Duarte Gil	CDUL
13	Fábio Conceição	CDUL
14	João Belo	CDUL
15	Jorge Abecasis	CDUL
16	Sebastião Villax	CDUL
17	Tomás Appleton	CDUL
18	Vasco Baptista	CDUL
19	Filipe Granja	CDUP
20	João Vasco Corte-Real	CDUP
21	Miguel Macedo	CDUP
22	Pedro Cordeiro	CDUP
23	David Wallis de Carvalho	CF Belenenses
24	Duarte Azevedo	CF Belenenses
25	Manuel Marta	CF Belenenses
26	Rodrigo Freudenthal	CF Belenenses



Convocatória N.º 4 - Seleção Nacional XV

Treinos de preparação para os Jogos Internacionais

Data: Janeiro a Abril

Local: Lisboa – CAR Jamor



	Nome	Clube
27	Rodrigo Marta	CF Belenenses
28	Salvador Cunha	CF Belenenses
29	Duarte Diniz	GD Direito
30	Duarte Torgal	GD Direito
31	Francisco Bruno	GD Direito
32	João Granate	GD Direito
33	José Lupi	GD Direito
34	Diogo Hasse Ferreira	GDS Cascais
35	Francisco Araújo	GDS Cascais
36	Francisco Sousa	GDS Cascais
37	Gustavo Freire	GDS Cascais
38	Nuno Mascarenhas	GDS Cascais
39	Salvador Vassalo	GDS Cascais
40	José Roque	RC Montemor



Programa de Treino

Data	Atividade	Duração	Jogadores	Local
JANEIRO 2019				
16 (4ªF)	Treino Nacional 1	20h00 – 21h30	40	CAR Jamor
23 (4ªF)	Treino Nacional 2	20h00 – 21h30	40	CAR Jamor
28 (2ªF)	Treino Nacional 3 (TBC)	20h00 – 21h30	40	CAR Jamor
29 (3ªF)	Treino Nacional 4 (TBC)	20h00 – 21h30	40	CAR Jamor
30 (4ªF)	Jogo Treino com Roménia	20h00 – 21h30	40	CAR Jamor
FEVEREIRO 2019				
6 (4ªF)	Treino Nacional 5	20h00 – 21h30	40	CAR Jamor
11 (2ªF)	Treino Nacional 6	20h00 – 21h30	40	CAR Jamor
12 (3ªF)	Treino Nacional 7	20h00 – 21h30	40	CAR Jamor
13 (4ªF)	Treino Nacional 8	20h00 – 21h30	40	CAR Jamor
14 (5ªF)	Treino Nacional 9	20h00 – 21h30	40	CAR Jamor
15 (6ªF)	Captain's Run	TBC	23	CAR Jamor
16 (Sáb.)	Portugal x Polónia	TBC	23	CAR Jamor
18 (2ªF)	Treino Nacional 10	20h00 – 21h30	40	CAR Jamor
19 (3ªF)	Treino Nacional 11	20h00 – 21h30	40	CAR Jamor
20 (4ªF)	Treino Nacional 12	20h00 – 21h30	40	CAR Jamor
27 (4ªF)	Treino Nacional 13	20h00 – 21h30	40	CAR Jamor
MARÇO 2019				
4 (2ªF)	Treino Nacional 14	20h00 – 21h30	40	CAR Jamor
5 (3ªF)	Treino Nacional 15	20h00 – 21h30	40	CAR Jamor
6 (4ªF)	Treino Nacional 16	20h00 – 21h30	40	CAR Jamor
8 (6ªF)	Captain's Run	TBC	23	Holanda
9 (Sáb.)	Holanda x Portugal	TBC	23	Holanda
11 (2ªF)	Treino Nacional 17	20h00 – 21h30	40	CAR Jamor
12 (3ªF)	Treino Nacional 18	20h00 – 21h30	40	CAR Jamor
13 (4ªF)	Treino Nacional 19	20h00 – 21h30	40	CAR Jamor
15 (6ªF)	Captain's Run	TBC	23	Suíça
16 (Sáb.)	Suíça x Portugal	TBC	23	Suíça
18 (2ªF)	Treino Nacional 20	20h00 – 21h30	40	CAR Jamor
19 (3ªF)	Treino Nacional 21	20h00 – 21h30	40	CAR Jamor
20 (4ªF)	Treino Nacional 22	20h00 – 21h30	40	CAR Jamor
21 (5ªF)	Treino Nacional 23	20h00 – 21h30	40	CAR Jamor
22 (6ªF)	Captain's Run	TBC	23	CAR Jamor
23 (Sáb.)	Portugal x Rep. Checa	TBC	23	CAR Jamor

Programa de Treino

Data	Atividade	Duração	Jogadores	Local
MARÇO 2019				
25 (2ªF)	Treino Nacional 24	20h00 – 21h30	40	CAR Jamor
26 (3ªF)	Treino Nacional 25	20h00 – 21h30	40	CAR Jamor
27 (4ªF)	Treino Nacional 26	20h00 – 21h30	40	CAR Jamor
28 (5ªF)	Treino Nacional 27	20h00 – 21h30	40	CAR Jamor
29 (6ªF)	Estágio Nacional	TBC	40	CAR Jamor
30 (Sáb.)	Estágio Nacional	TBC	40	CAR Jamor
ABRIL 2019				
1 (2ªF)	Treino Nacional 28	20h00 – 21h30	40	CAR Jamor
2 (3ªF)	Treino Nacional 29	20h00 – 21h30	40	CAR Jamor
3 (4ªF)	Treino Nacional 30	20h00 – 21h30	40	CAR Jamor
5 (6ªF)	Captain's Run	TBC	23	CAR Jamor
6 (Sáb.)	Lituânia x Portugal	TBC	23	CAR Jamor