

FUTSAL FEMININO

PERSPETIVAS DE TREINADORES,
DIRIGENTES E ATLETAS

COORDENAÇÃO

FERNANDO SANTOS

LUÍS CONCEIÇÃO

JOANA COELHO

IVO PEREIRA

PREFÁCIO

PEDRO NOBRE

POSFÁCIO

DÉBORA QUEIROZ



COORDENADORES

Fernando Santos · Luís Conceição · Joana Coelho · Ivo Pereira

TÍTULO

FUTSAL FEMININO - perspetivas de treinadores, dirigentes e atletas

EDIÇÃO

Quântica Editora – Conteúdos Especializados, Lda.

E-mail: geral@quanticaeditora.pt · www.quanticaeditora.pt

Praça da Corujeira n.º 38 · 4300-144 PORTO

CHANCELA

Sportbook – Conteúdos de Desporto

DISTRIBUIÇÃO

Booki – Conteúdos Especializados

Tel. 220 104 872 · E-mail: info@booki.pt · www.booki.pt

APOIO

SportMagazine – Revista de Treino Desportivo · www.sportmagazine.pt

FOTOGRAFIA DE CAPA

Escola Desportiva e Cultural de Gondomar

REVISÃO

Quântica Editora – Conteúdos Especializados, Lda.

DESIGN

Quântica Editora – Conteúdos Especializados, Lda

IMPRESSÃO

Junho, 2023

DEPÓSITO LEGAL

517416/23



A cópia ilegal viola os direitos dos autores.

Os prejudicados somos todos nós.

Copyright © 2023 | Todos os direitos reservados a Quântica Editora – Conteúdos Especializados, Lda.

A reprodução desta obra, no todo ou em parte, por fotocópia ou qualquer outro meio, seja eletrónico, mecânico ou outros, sem prévia autorização escrita do Editor e do Autor, é ilícita e passível de procedimento judicial contra o infrator.

Este livro encontra-se em conformidade com o novo Acordo Ortográfico de 1990, respeitando as suas indicações genéricas e assumindo algumas opções específicas.

CDU

796 Desporto, Jogos, Exercícios físicos

796,3 Jogos de bola

ISBN

Papel: 9789899101876

E-book: 9789899101883

Catálogo da publicação

Família: Desporto

Subfamília: Desportos Coletivos

ÍNDICE

NOTA DE APRESENTAÇÃO	VII	
PREFÁCIO	IX	
1. PERSPETIVAS DOS TREINADORES E DIRIGENTES	12	
1.1. Evolução do futsal feminino em Portugal: onde começamos, onde estamos e onde queremos estar!	13	
<i>Rita Martins</i>		
1.1.1. O ponto de partida	13	
1.1.2. Onde estamos? Preocupações emergentes	16	
1.1.3. O ponto de chegada	17	
1.2. Os desafios do futsal feminino nas próximas décadas	19	
<i>Sara Fátia, Luís Conceição e Fernando Santos</i>		
1.2.1. Os desafios do futsal feminino nas próximas décadas	19	
1.2.2. Formação e quadros competitivos	19	
1.2.3. A certificação dos clubes	22	
1.2.4. O perfil da atleta de futsal feminino na sociedade contemporânea	23	
1.2.5. A otimização do rendimento	24	
1.2.6. O abandono da prática de futsal	26	
1.2.7. Considerações Finais	27	
<i>Agradecimentos</i>		27
1.3. Conceção de jogo da seleção nacional feminina de futsal	28	
<i>Luís Conceição</i>		
1.3.1. Organização ofensiva: pressupostos e propostas de operacionalização	30	
1.3.2. Estratégia	35	
1.3.3. Organização defensiva	37	
1.3.3.1. Plano estratégico	40	
1.3.3.2. Conceção defensiva das seleções jovens femininas	40	
1.3.4. Articulação organização defensiva vs. transição ofensiva	42	
1.3.5. Conclusão	44	
<i>Referências</i>		45
<i>Agradecimentos</i>		45

2.	PERSPETIVAS DAS ATLETAS	46
2.1.	Desafios, estratégias e aprendizagens: o percurso de uma atleta.....	47
	<i>Joana Coelho</i>	
2.1.1.	Questões para reflexão – apoio parental.....	49
2.1.2.	Questões para reflexão – clubes e atletas	50
2.1.3.	Considerações Finais	52
2.2.	Desafios e aprendizagens na transição para o papel de treinadora.....	53
	<i>Rita Costa</i>	
2.2.1.	O início do percurso.....	53
2.2.2.	A importância e natureza da relação treinador-atleta	55
2.2.3.	O papel [ativo] da atleta na aprendizagem: necessidade ou possibilidade.....	57
2.2.4.	A intervenção do treinador na criação de um clima de autonomia	62
2.2.5.	Considerações Finais	63
	Referências.....	63
	NOTA FINAL	LXV
	POSFÁCIO	LXVII
	ÍNDICE DE FIGURAS	LXXI

PERSPETIVAS DOS TREINADORES E DIRIGENTES

1.1. Evolução do futsal feminino em Portugal: onde começamos, onde estamos e onde queremos estar!

Rita Martins,
Dirigente do Sport Lisboa e Benfica

1.1.1. O ponto de partida

O futsal aparece em Portugal em finais dos anos 80 e toma grande preponderância no início dos anos 90. Na vertente feminina, temos o início com a Taça Nacional que teve a sua primeira edição em 1998, competição essa que juntava as campeãs distritais do país inteiro numa taça nacional que apurava o campeão nacional através de uma série de eliminatórias. Em 2012/2013, realiza-se a última edição da Taça Nacional, passando depois para o formato de Campeonato Nacional, com duas fases por zonas geográficas, terminando com a fase de apuramento campeão (2013/2014). A primeira edição é ganha pelo Grupo Recreativo Golpilheira. Em 2021/2022, alterou-se o formato competitivo com uma fase regular disputada por 14 equipas, apurando-se o campeão nacional, através de *play-offs*

Neste sentido, a evolução competitiva fez-se da seguinte forma:

- 1994 a 1997: apenas competições distritais;
- 1998 a 2013: competições distritais e Taça Nacional;
- 2014 a 2021: Campeonato Nacional, por fases;
- 2021 a 2023: Campeonato Nacional, com fase regular + *play-offs*.

Assistimos a um crescimento exponencial de atletas e clubes nos anos 90 e no início dos anos 2000, que resultou na criação da Seleção Nacional em 1998. Em 2004, verificou-se uma estagnação na evolução do futsal feminino, identificada também a nível

de reconhecimento na federação (suspensão da seleção nacional e ausência de um quadro competitivo a nível nacional). Entre 2004 e 2012, na minha análise, para além desta estagnação e com uma crise económica a uma escala mundial, houve um desinvestimento na modalidade, que levou a um desaparecimento de clubes e atletas. No entanto, em 2011, existe uma alteração na direção da Federação Portuguesa de Futebol, e com isso, o futsal feminino volta a ser promovido de forma mais efetiva. A seleção, que já tinha regressado ao ativo em 2010, participa, em 2012, no Torneio Mundial de Seleções, que faz com que a modalidade passe a ter uma visibilidade nunca vista, nomeadamente nos meios de comunicação social (final transmitida em canal aberto na RTP1 pela primeira vez).

A partir deste momento, voltou a haver um crescimento no número de atletas e realizaram-se alterações no formato competitivo que finalmente se torna um Campeonato Nacional em 2013.

No ano de pandemia, causada pela Covid-19, a Federação Portuguesa de Futebol decide adotar medidas para continuar a contribuir para a evolução do Futsal Feminino, definindo um projeto a três anos (2020-2022): em que no primeiro ano cria-se o Campeonato Nacional da segunda Divisão; no segundo ano, o Campeonato Nacional da primeira Divisão com uma fase regular, fase de apuramento do campeão e fase de manutenção; e no terceiro ano, o Campeonato Nacional da primeira Divisão com uma fase regular e *play-off* (a oito).

Em suma, foram necessários quase 40 anos para que o futsal feminino conseguisse chegar à mesma organização do ponto de vista da estrutura e formato competitivo do futsal masculino. O caminho é e foi muito longo e repleto de adversidades. O futsal nacional evoluiu significativamente do ponto de vista das oportunidades dadas às atletas, do formato competitivo e do desempenho das equipas. Simultaneamente, o número de praticantes aumentou substancialmente. Apesar disso, neste momento, ainda não é possível ser profissional de futsal e as condições dadas às atletas (e.g., número de sessões de treino por semana) ainda limitam, em certa medida, o aumento da competitividade.

Evolução do número de praticantes:

número de atletas: 2003 – 3 121

número de atletas: 2017 – 4 361

número de atletas pré-Pandemia (2019) – 4 008.

1.3. Conceção de jogo da seleção nacional feminina de futsal

Luís Conceição,

Selecionador nacional na Federação Portuguesa de Futebol

Para iniciar esta apresentação sobre a conceção de jogo das seleções nacionais de futsal feminino, faz todo o sentido começar por explicar o que é a conceção e como esta nasceu no âmbito das seleções nacionais de futsal feminino.

Do meu ponto de vista, a conceção de jogo é uma ideia geral de como podemos entender o jogo, na sua globalidade, e relacionar os diferentes momentos do jogo. Esta ideologia orientadora para todas as seleções nacionais de futsal (i.e., conceção), é para onde temos evoluído, criando uma ideia evolutiva para tentarmos estar um passo à frente. A conceção atual resulta de um processo de aproximação a modelos de treino e jogo mais complexos, de acordo com o que é melhor para o futsal português e para as jogadoras portuguesas. Dando um exemplo prático, foi com esta ideia em mente que alteramos a forma de defender nas seleções femininas seniores, sendo que passamos de uma defesa à zona para uma defesa com trocas, mais pressionante e com mais *iniciativa*, porque consideramos que era o melhor método defensivo para evoluirmos e darmos um passo em frente.

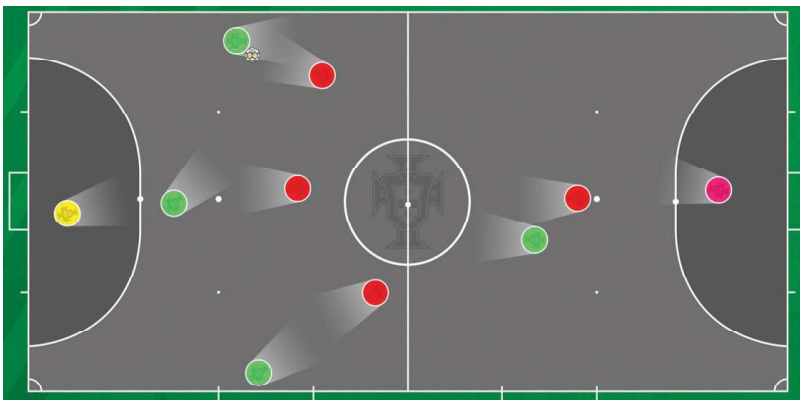


Figura 1.1. Defesa com trocas

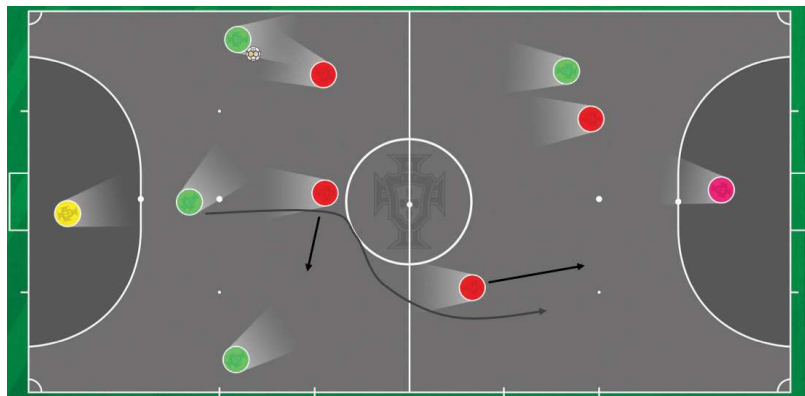


Figura 1.2. Defesa à zona

Para sermos as melhores temos de ter a *iniciativa* de jogo com "agressividade" e "ameaça" na fase ofensiva e defensiva e até mesmo nos momentos de transição, sendo que estes conceitos estão permanentemente associados à nossa forma de jogar. Esta dinâmica constante de conceção de jogo, que não pode significar mudanças repentinas na forma de jogar, em prol de não abdicarmos da consistência de comportamentos, é aquilo que promove a evolução contínua das equipas, dos treinadores, dos jogadores e do próprio jogo.

A operacionalização da conceção de jogo do treinador é suportada principalmente pela definição clara do modelo de jogo da equipa, e por consequência o modelo de treino. Pretende-se transpor para o treino os modelos de ação mais eficazes de forma a estimular, com o exercício de treino como ponto central do processo, o desenvolvimento de alguns comportamentos desejados pelo treinador, integrados em estruturas funcionais que consubstanciam as suas exigências dominantes (Castelo, 2005). A este propósito, Oliveira (2003) refere que a ideia de jogo do treinador é um aspeto determinante na organização de uma equipa. Se o treinador souber exatamente como quer que a equipa jogue e quais os comportamentos que deseja dos seus jogadores, tanto no plano individual como coletivo, os processos de treino/jogo serão mais facilmente estruturados, organizados, realizados e controlados.

Quando mencionamos o conceito de modelo de jogo referimo-nos a um conjunto de princípios (comportamentos) que resultam na organização de uma equipa dentro do contexto do jogo, ou seja, um conjunto de comportamentos que ajudem as atletas a saberem o que devem fazer em cada um dos quatro momentos do jogo (organização ofensiva, transição defensiva, organização defensiva e transição ofensiva) e como relacionamos o momento de organização ofensiva com o momento de transição defensiva e o momento de organização defensiva com o momento de transição ofensiva. A expressão máxima do modelo de jogo atinge-se quando num dado momento do

jogo, todos os atletas "pensem" da mesma forma, agindo em conformidade com aquilo que pensaram.

Com isto, pretendo referir a importância da existência de uma linha de pensamento relativa à "forma de jogar" que seja coerente. Isto é, não sendo sempre igual, é importante existir uma linha condutora desde a conceção de jogo retrospectiva para a conceção de jogo projetiva, de forma que a equipa retire o melhor das adaptações que vai sofrendo sem que, de forma alguma se mantenha "estática" e previsível na sua "forma de jogar", formando-se uma equipa de maiores e melhores recursos ao longo do tempo.

1.3.1. Organização ofensiva: pressupostos e propostas de operacionalização

A fase ofensiva é definida pelo momento em que a equipa se encontra com a posse de bola. Fase que incentiva à participação de todos os jogadores ou por vezes de forma individual, mas com um objetivo comum, de concretizar o ataque em golo. A fase ofensiva propriamente dita termina quando a equipa perde a posse de bola para a equipa adversária.

Sendo o futsal uma modalidade de grande alternância entre ter a bola e não a ter caracterizada por ataque vs. defesa, onde muitos dos golos são obtidos através do contra-ataque, torna-se necessário cada vez mais as equipas terem a sua fase ofensiva mais elaborada de forma a evitar o contra-ataque adversário.

Após a conquista da bola, torna-se essencial a abertura do jogo, ou seja, dar largura e profundidade de forma a termos mais espaço para atacar a baliza adversária. Logo, ao fazê-lo, o adversário terá mais dificuldades porque à partida vai estar desequilibrado e depois porque vai ter mais espaço defensivo para ocupar. Caso o adversário se encontre em clara inferioridade numérica podemos sair em contra-ataque através de movimentos rápidos e objetivos em direção a baliza adversária para podermos finalizar. Por outro lado, se o adversário não se encontra em inferioridade numérica, mas está desorganizado, existindo alguma vantagem posicional para nós, então podemos aproveitar essa desorganização e sair através de um ataque rápido. Se não conseguimos aproveitar uma possível vantagem numérica ou mesmo posicional, porque o adversário conseguiu organizar-se defensivamente então a equipa opta por não arriscar e atacar com mais segurança, conservando a posse de bola, elaborando um ataque posicional.

Ao longo do tempo, Portugal foi uma seleção que se caracterizou pela sua dinâmica em estrutura de 1:4:0, mas a necessidade de ter uma estrutura alternativa com diferentes dinâmicas tornou-se essencial para conseguir ser mais imprevisível e não permitir uma adaptabilidade defensiva ao adversário. De facto, o surgimento de jogadores(as)

PERSPETIVAS DAS ATLETAS

2.1. Desafios, estratégias e aprendizagens: o percurso de uma atleta

Joana Coelho,

Estudante-investigadora na Escola Superior de Educação, Instituto Politécnico do Porto, atleta no Juventus da Triana Futebol Clube

Como uma apaixonada pelo desporto, em especial pelo futsal, este capítulo procura representar as experiências que vivenciei ao longo do meu percurso desportivo, do ponto de vista das aprendizagens em relação ao jogo, bem como no que concerne a outras que se transferem para diversos domínios da vida.

Desde muito cedo que fui uma amante de futebol, sendo que gostava imenso de jogar com os meus colegas na escola e estava sempre desejosa que existisse uma oportunidade para que tal acontecesse. Com a criação de torneios entre escolas, consegui demonstrar a minha competência perante os "olhares" de muita gente. Lembro-me, perfeitamente, que abordaram o meu pai para que fosse experimentar o contexto de uma equipa de futsal. Para mim, era o concretizar de um sonho, acreditem ou não, que por muito pequeno que fosse, na altura, tinha um peso enorme.

Inicialmente, os meus pais estavam reticentes por diversos motivos. O meu pai trabalhava desde as 8 horas até às 21 horas, a minha mãe também, o que impossibilitava que acompanhassem a rotina diária que envolvia atividades na escola e, mais recentemente, no clube. Para além disso, tinha irmãs que também precisavam de apoio dos meus pais. Todavia, quando abordaram novamente o meu pai disseram-lhe que não precisava de se preocupar com os transportes e que o clube iria assegurar todas as condições para que pudesse praticar a modalidade. É importante salientar que muitas atletas têm de se debater com diversas barreiras na prática de futsal como a desvalorização da atividade, a ausência de incentivos e apoios, bem como de estrutura e organização no seio dos clubes. Relativamente a este último aspeto, a título de exem-

plo, em certos casos, a criação de equipas visa, exclusivamente, a obtenção de recursos financeiros da Federação Portuguesa de Futebol e o simples cumprimento de uma formalidade (i.e., processo de certificação; ver capítulo 2), o que permite que existam cenários em que existam clubes sem estrutura e quaisquer condições para a prática de forma equitativa e sustentável. Para além disso, a participação da mulher no desporto ainda é, em muitos contextos, considerada pouco importante, desnecessária e até vazia de significado, o que cria desafios adicionais à jovem atleta de futsal na sociedade contemporânea.

Neste contexto, o meu trajeto, a nível federado, começa, assim, a ser traçado na época 2013/2014 ao representar o Lusitânia de Lourosa, um clube com tradição, relevância regional e com bastantes apoiantes. O Lusitânia de Lourosa foi um marco importante na minha vida, especificamente na minha evolução tanto ao nível desportivo como pessoal, bem como também pelo orgulho que sentia ao representar um clube que dizia tanto ao meu pai e restantes familiares. Posso falar do Lusitânia de Lourosa como sendo a minha 'casa', pois foi nesta instituição que fiz a minha formação, sendo um clube que me deu as bases para progredir, que me fez crescer e acreditar que tudo é possível por muito difícil que seja o processo. Nesta fase aprendi a ter disciplina (i.e., cumprir horários e organizar a rotina diária), assim como a saber lidar com a derrota, perspetivada como uma oportunidade de aprendizagem. Esta menção ao processo é fundamental, pois, infelizmente, no futsal feminino, em dados casos, vive-se o imediato, a realidade das equipas em vez do clube e a procura urgente por vencer hoje e agora, não existindo perspetivas e conceções a longo prazo. É pertinente assumir-se que existem clubes em que o produto é medido através dos resultados, sendo estes o único e exclusivo indicador para avaliar a qualidade dos processos de formação e, de uma forma geral, o sucesso desportivo e competência do treinador. Esta realidade inviabiliza diversos aspetos: (1) o aparecimento de jovens atletas pela necessidade de garantir resultados, o que resulta em equipas envelhecidas sem perspetiva de renovação; (2) a existência de uma filosofia e conceção de clube em que se definam, claramente, objetivos de processo e se distribuam os fundamentos/conteúdos a ensinar ao longo dos diversos escalões; (3) os esforços que devem ser desenvolvidos no recrutamento de atletas e no seu desenvolvimento a longo prazo, o que poderá estar diretamente relacionado com as possibilidades de retenção; (4) e a estabilidade das equipas técnicas e sua capacidade de atingir objetivos a médio e longo prazo. A qualidade dos processos de formação será determinante para a qualidade do futsal feminino, dos jogos e do jogar das equipas, assim como das seleções nacionais e das gerações futuras.

Prosseguindo a descrição do meu percurso, importa referir que o apoio familiar foi fundamental para a concretização deste sonho. Quando me questionam acerca da importância do apoio parental no desporto em geral, respondo, muito abertamente e ciente da experiência que vivi, que os pais não devem pressionar os seus filhos a praticarem algo que estes não gostem nem impor que estes atinjam objetivos rapidamente e se-

2.2.4. A intervenção do treinador na criação de um clima de autonomia

O meu percurso como atleta federada terminou no final da época 2016/2017 por motivos de força maior (lesão grave). No entanto, tive, como última experiência, a oportunidade de representar a Faculdade de Desporto da Universidade do Porto nos Campeonatos Europeus Universitários. Nesta prova e fruto da observação do comportamento do treinador, refleti sobre o papel deste em competição.

Questões reflexivas

1. Qual o papel do treinador durante o jogo?

Ao longo do meu percurso como atleta, tive a oportunidade de observar treinadores com comportamentos completamente diferentes durante o jogo. Uns mais interventivos e com maior propensão para perder o controlo emocional e outros menos interventivos. A realidade é que não existe uma definição do que é correto ou não, sendo que a resposta a esta pergunta penso que depende do perfil do treinador e, acima de tudo, da equipa (cultura e normais sociais desta).

Enquanto treinadora sou bastante interventiva e explosiva (às vezes assumo que de mais) e muitas vezes chegava ao final dos jogos com a sensação de que tinha transmitido demasiada informação. Com base neste pressuposto, a ação do treinador da equipa alemã durante os campeonatos europeus fez-me refletir. Este treinador tinha um comportamento em jogo que poucas vezes observei em outros. Este treinador poucas vezes ou quase nunca comunicava e deixava, sempre, que fossem as atletas a resolver problemas e gerir as incidências do jogo. Este procurava apenas emitir *feedback* dirigido às atletas que estavam no banco, bem como nos tempos de desconto e no intervalo. Para além desses momentos, era um treinador que observava mais do que prescrevia. Esta equipa chegou à final do campeonato europeu e era notório que todas as atletas estavam bastante familiarizadas com a forma de estar e comunicar do treinador.

Face ao referido anteriormente, é importante refletirmos sobre o nosso papel durante o jogo. Será que é importante estarmos, constantemente, a indicar às atletas o que tem ou não de fazer? ou será que, enquanto treinadores, devemos deixar que sejam elas a decidir o que consideram ser melhor para aquele momento do jogo?

A realidade é que desenvolvemos esforços para que as atletas sejam capazes de decidir em função dos constrangimentos que vão encontrando no jogo através de exercícios que integrem os princípios ofensivos e defensivos, logo estas devem estar do-

NOTA FINAL

O PONTO DE PARTIDA

Pode parecer estranho que as conclusões deste livro tenham o título apresentado acima, todavia importa voltar ao início - os motivos que sustentam o desenvolvimento deste documento. Este livro não pretende ser a referência para o estado atual do futsal feminino, bem como representar todas as experiências vivenciadas e possíveis neste contexto. Por outro lado, este livro pretende iniciar um diálogo com a prática. Especificamente, o livro é um convite a todos os atores (e.g., decisores, treinadores/as, atletas, dirigentes) para que possam ter voz e apresentar as suas perspectivas sobre o estado atual do futsal feminino. Mais do que entender o que é o futsal feminino (i.e., na realidade trata-se de futsal), importa refletir *sobre o que pode vir a ser e o que faz a quem o integra*. Neste contexto, este livro, devido à sua estrutura, retrata as percepções de atletas, assim como de dirigentes e treinadores/as. Muito existe por explorar, muitas vozes que devem ser ouvidas e diversos aspetos de ordem política, social e cultural por compreender. Ainda assim, existem vários alertas apresentados pelos autores ao longo dos capítulos incluídos nesta obra que devem ser considerados com urgência para que a evolução da modalidade possa ser positiva e pautada pela equidade, inclusão e justiça social necessárias a uma prática motora transformadora. Isto é, uma prática motora que não sirva um princípio meramente utilitário e que não se oriente por um carácter transaccional (i.e., usando a atleta como um meio para atingir um fim). É premente que os clubes desportivos assumam um papel de especial importância para que o futsal feminino atinga múltiplos propósitos (e.g., empoderamento da atleta, maximização do rendimento, desenvolvimento do espírito crítico) e não seja pautado por princípios capitalistas que não colocam a atleta no centro do processo e, em vez disso, a utilizam para a obtenção de ganhos supérfluos - esta realidade precisa de se alterar e implica novas formas de pensar e fazer.

Mediante o exposto, este primeiro esforço representa um ponto de partida, sendo que, de forma humilde e construtiva, convidamos todos/as a partilharem as vossas experiências através do espaço que a *Sport Maganize* criou para o futsal feminino. O primeiro passo está dado, sendo que olhamos com entusiasmo para o que virá a seguir..

FUTSAL FEMININO

PERSPETIVAS DE TREINADORES,
DIRIGENTES E ATLETAS

COORDENAÇÃO

FERNANDO SANTOS

LUÍS CONCEIÇÃO

JOANA COELHO

IVO PEREIRA

Sobre a obra

O futsal, enquanto jogo desportivo coletivo, tem vindo a ganhar notoriedade, sendo uma das modalidades com cada vez maior relevância social e cultural em Portugal e noutros países. O futsal feminino é um exemplo claro dessa relevância crescente da modalidade. Esta obra apresenta um conjunto de contributos de atletas, treinadores e dirigentes inseridos em contextos de alto rendimento, abordando a evolução do futsal feminino em Portugal, a caracterização do jogo e as suas tendências evolutivas, e relatos de experiências de treinadores e atletas, identificando desafios e caminhos para as próximas décadas.

Sobre os coordenadores

Fernando Santos

Professor adjunto convidado na Escola Superior de Educação do Porto, responsável pela unidade curricular 'Futsal' do curso de Licenciatura em Desporto da mesma instituição e investigador integrado no Centro de Investigação e Inovação em Educação (inED).

Luís Conceição

Membro da equipa técnica nacional há mais de sete anos e selecionador da equipa sénior feminina de futsal, tendo um currículo de enorme relevância na representação de Portugal e no desenvolvimento de atletas e equipas.

Joana Coelho

Licenciada em Desporto pela Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico do Porto, sendo atleta de futsal há mais de 10 anos.

Ivo Pereira

Docente da unidade curricular de futsal na Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico do Porto. É também coordenador técnico da associação desportiva de Penafiel e treinador de futsal há mais de oito anos, sendo licenciado e Mestre nas áreas da Educação Física e Desporto.

Apoio

SportMAGAZINE

Também disponível em formato e-Book

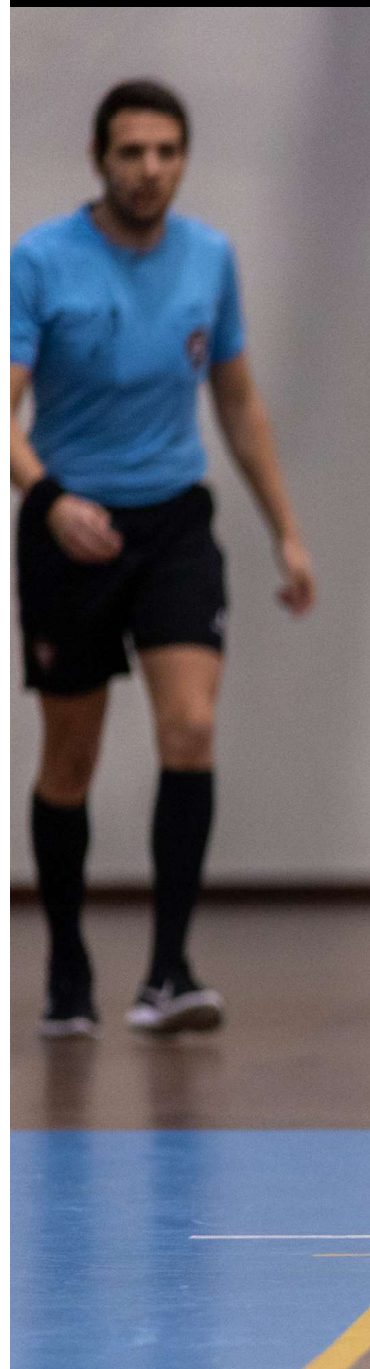


ISBN: 978 989 910 187-6



9 789899 101876

www.sportbook.pt



sportbook