

**Seleção Nacional Feminina Sevens Sub 18**  
**Convocatória nº 11 – Campeonato da Europa U18 Vichy**  
**Locais: Lisboa e Vichy, (França)**  
**Dias: de 08 a 12 de setembro de 2016**



**3º Campeonato da Europa Sevens Feminino U18**  
**Vichy, 10 e 11 de setembro de 2016**

| Nº                                  | NOME DA ATLETA           | CLUBE QUE REPRESENTA      | INT 7s<br>SUB 18 |
|-------------------------------------|--------------------------|---------------------------|------------------|
| 01                                  | ANA BEATRIZ RODRIGUES    | MRC BAIRRADA              | 1                |
| 02                                  | SANDRA DIAS              | RC TONDELA                | 1                |
| 03                                  | MARIA LEZITA GUERREIRO   | SC PORTO                  | 1                |
| 04                                  | DANIELA ALMEIDA          | RC TONDELA                | 1                |
| 05                                  | ANTÓNIA MARTINS          | CR ARCOS VALDEVEZ         | 1                |
| 06                                  | SARA JÉSSICA SILVA       | RC TONDELA                | 1                |
| 07                                  | MARIANA MARQUES          | AEES AGRÁRIA COIMBRA      | 0                |
| 08                                  | JÉSSICA GONÇALVES        | RC TONDELA                | 1                |
| 09                                  | BEATRIZ OLIVEIRA         | SL BENFICA                | 1                |
| 10                                  | FRANCISCA PEREIRA        | RC TONDELA                | 1                |
| 11                                  | JÉSSICA SILVA            | AEES AGRÁRIA COIMBRA      | 0                |
| 12                                  | ADRIANA GOUVEIA          | RC TONDELA                | 0                |
| Rv                                  | INÊS OLIVEIRA            | AEES AGRÁRIA COIMBRA      | 0                |
| Rv                                  | JOANA SILVESTRE          | GDU ERICEIRENSE           | 0                |
| EQUIPA TÉCNICA DA SNF SEVENS SUB 18 |                          |                           |                  |
| 13                                  | FRANCISCO MIGUEL MARQUES | DIRETOR DE EQUIPA U18     |                  |
| 14                                  | JOÃO PEDRO CATULO        | SELECIONADOR NACIONAL U18 |                  |
| 15                                  | PATRICK SIMÕES           | FISIOTERAPEUTA            |                  |

Rv: jogadoras de reserva para o 3º Campeonato da Europa U18

Anexos: programa para o 3º Campeonato da Europa U18 e os respetivos Critérios de Seleção.



**Seleção Nacional Feminina Sevens Sub 18**  
**Convocatória nº 11 – Campeonato da Europa U18 Vichy**  
**Locais: Lisboa e Vichy, (França)**  
**Dias: de 08 a 12 de setembro de 2016**



**Programa para o 3º Campeonato da Europa Sevens  
Feminino U18**

**Vichy, 10 e 11 de setembro de 2016**

**2016 WOMEN'S U18 SEVENS EUROPEAN CHAMPIONSHIP**

**Dia 08 set, (quinta-feira):**

**14h00** Saída em carros de Coimbra, com as atletas selecionadas do norte/centro do País;  
**16h00** Chegada prevista ao CAR Jamor, em Lisboa;  
**16h30** Início do treino de campo, no complexo desportivo CAR Jamor;  
**18h00** Final do treino de campo, no complexo desportivo do Jamor;  
**18h10** Distribuição dos equipamentos a toda a comitiva para a deslocação a Vichy;  
**19h30** Jantar e dormida da comitiva na Pousada da Juventude de Oeiras, no Parque Inatel.

**Dia 09 set, (sexta-feira):**

**06h15** Saída para o aeroporto de Lisboa, com pequeno almoço “volante”;  
**08h30 Plano de voo - 09 SET - DEPARTURE LISBOA 08H30 » ARRIVAL LYON 11H50 – TP 476**  
**12h00** Após a chegada a Lyon, temos uma viagem de autocarro, (+/- 02h00), até Vichy, cidade onde se irá disputar o 3º Campeonato da Europa de Sevens Feminino Sub 18;  
**14h10** Almoço, se possível, já em Vichy;  
**14h30** Após a chegada ao **Central Hôtel Kyriad \*\*\*** ([www.centralh.fr](http://www.centralh.fr)), 6 Avenue du Président Doumer, 03200 **Vichy**, teremos a distribuição das atletas pelos respetivos quartos;  
**16h30** Treino de ativação nas imediações do Hotel ou no estádio do torneio;  
**18h00 Foto oficial das 16 Capitãs de Equipa**, com o equipamento oficial de cada país.  
**Reunião de diretores de equipa/treinadores/árbitros no Hotel Aletti Palace**, 3 Place Joseph Aletti, 03200 **Vichy**  
**20h30** Jantar, seguido de uma breve reunião de equipa para preparar o dia seguinte.



**Seleção Nacional Feminina Sevens Sub 18**  
**Convocatória nº 11 – Campeonato da Europa U18 Vichy**  
**Locais: Lisboa e Vichy, (França)**  
**Dias: de 08 a 12 de setembro de 2016**



**Programa para o 3º Campeonato da Europa Sevens Feminino U18**

**Vichy, 10 e 11 de setembro de 2016**

**Dia 10 set, (sábado):**

**08h40** Treino de ativação matinal;  
**09h00** Pequeno almoço no hotel;  
**10h00** Saída para o estádio onde irá decorrer o torneio, ( +/- 10 minutos de autocarro),  
estádio municipal **Louis Darragon**, em Vichy;  
**10h30** Início do 3º Campeonato da Europa W U18;  
**12h42** 1º jogo de **Portugal vs Canadá**;  
**13h45** Almoço no estádio do torneio;  
**16h22** 2º jogo de **Portugal vs França**;  
**19h18** 3º jogo de **Portugal vs Holanda**;  
**20h45** Jantar;  
**21h30** Reunião de equipa, para preparar o dia seguinte.

**Dia 11 set, (domingo):**

**08h20** Treino de ativação matinal;  
**08h45** Pequeno almoço no Hotel;  
**09h40** Saída para o estádio do torneio, (+/- 10 minutos de autocarro);  
**10h00** Primeiro jogo do 2º dia, no 3º Campeonato da Europa W U18;  
Restantes **3 jogos de Portugal** no Campeonato da Europa, em horário a definir.  
No intervalo mais favorável entre os nossos jogos, almoçamos no estádio do torneio;  
**19h10** Último jogo do 3º Campeonato da Europa W U18 – **Final do Torneio 2016**;  
**21h00** Jantar convívio (oficial) do torneio, em simultâneo com as **16 equipas**  
presentes.

**Dia 12 set, (segunda-feira):**

**07h30** Pequeno almoço no hotel;  
**08h00** Saída prevista da delegação Portuguesa, de autocarro, para o aeroporto de Lyon;  
**10h00** Chegada prevista da delegação Portuguesa ao aeroporto de Lyon,  
**Plano de voo - 12 SETEMBRO - DEPARTURE LYON 12H30 » ARRIVAL LISBOA 13H55**  
– TP 471  
**14h00** Chegada da comitiva ao aeroporto de Lisboa seguida de almoço;  
**14h30** Após o almoço a comitiva inicia a sua viagem de regresso a casa e termina o 2016  
W U18 EC



# Seleção Nacional Feminina Sevens Sub 18

## Critérios de Seleção

2015/2016



## Seleção Nacional Feminina Sevens Sub 18 - 2015/2016

(São elegíveis para a SNF Sub 18, em 2015/2016, as jogadoras nascidas nos anos de 1998 e 1999)

### Critérios de seleção gerais:

- Participação no grupo de trabalho da SNF Sub 18, na época anterior;
- Participação nos grupos de trabalho das Academias Femininas;
- Observação das atletas em competição;
- Indicação dos treinadores dos clubes;
- Conduta exemplar dentro e fora do campo;
- Assiduidade e empenho permanente nos trabalhos do clube.

### Critérios de seleção específicos:

- Índices físicos, (velocidade e destreza física acima da média);
- Índices morfológicos, (peso e altura);
- Índices psicológicos, (forte atitude mental);
- Índices técnicos;
- Capacidades volitivas.

### Outros critérios de seleção:

- Atitude mental forte e positiva, (conseguir lidar com a pressão);
- Disponibilidade para assumir integralmente o compromisso do grupo.

