

Notícias Torneios/Eventos - Quarta, 3 de Junho, 2009

Porto: 1 a 6 de Junho  
Algarve: 15 a 20 de Junho  
Lisboa: 23 a 27 de Junho

**HUGO OLIVEIRA**  
Goalkeeping license diploma UEFA/SFA  
Goalkeeping intermediate certificate SFA  
Goalkeeping Children's certificate SFA  
Treinador GR da União Desportiva de Leiria SAD

**Organização:** **ALTO RENDIMENTO**  
Associação Portuguesa de Desportos

**Apoios:** **AMAZONIA** **nPlayers**

**WWW.HUGOLOVES.COM**

**AÇÃO DE FORMAÇÃO PRÁTICA  
PARA TREINO DO GUARDA-REDES  
DE FUTEBOL**

Técnica Base do Guarda-Redes  
Posicionamentos Específicos  
Acções 1x1 - Duelos  
Cruzamentos  
Distribuição - Reposição de Jogo - O passe atrasado  
O Aquecimento de Jogo  
O Guarda-Redes no Jogo - Análise  
Demonstração de Métodos inovadores  
e modernos no treino de guarda-redes

Contactos - [info@altorendimento.net](mailto:info@altorendimento.net)  
914828383  
Custo da Acção de Formação: 150€  
Horário pós-laboral

### Hugo Oliveira lecciona cursos sobre treino de guarda-redes

*As acções de formação vão decorrer durante o mês de Junho no Porto, no Algarve e em Lisboa*

Hugo Oliveira, treinador de guarda-redes da União de Leiria e único português licenciado pela FIFA em treino específico de guarda-redes, vai, em colaboração com a Alto Rendimento, empresa de avaliação e formação desportiva, organizar três cursos sobre treino de guarda-redes no Porto, no Algarve e em Lisboa, respectivamente, entre os dias 1 e 6 de Junho, entre os dias 15 e 20 de Junho e entre os dias 23 e 27 de Junho.

Os cursos contam com o apoio da reconhecida marca de material para Guarda Redes HO.

**"As temáticas a abordar nas acções incidem basicamente na técnica base do guarda-redes, no seu posicionamento específico, no duelo um contra um, bem como no aquecimento do jogo, na análise do guarda-redes no jogo e na demonstração de métodos inovadores e modernos no treino do guarda-redes",** explica Hugo Oliveira. **"Passa por uma forte aposta na vertente prática, que será explorada todos os dias da acção, além da sempre presente componente teórica".**

Dar passos na evolução do treino específico de guarda-redes em Portugal é o principal objectivo de Hugo Oliveira, que considera ser **"necessário continuar a cimentar a ideia, no nosso país, de que é essencial a criação de uma escola de guarda-redes portuguesa, à semelhança do que acontece em outros países europeus, nomeadamente em Itália".** **"Antes de treinar os guarda-redes, é crucial formar treinadores de guarda-redes".**

As candidaturas estão abertas online nos sites [www.hqoredessecuras.com](http://www.hqoredessecuras.com) e em [www.altorendimento.net](http://www.altorendimento.net).

### Primeiro site português sobre treino de guarda-redes

Hugo Oliveira lançou o primeiro site português sobre treino de guarda-redes, em [www.hqoredessecuras.com](http://www.hqoredessecuras.com), um local que pretende ser de notícias e de opinião metodológica.

**"hqoredessecuras.com não é o meu site, é o espaço de todos os que têm a paixão pelo treino de guarda-redes. Para isso, o site tenta ser o mais interactivo possível, com um fórum, sondagens e actualizações permanentes",** explica Hugo, que pretende com este projecto criar um ponto de encontro entre todos os interessados por esta temática.

Entrevistas com profissionais da área é outra das características do site, que abre com Frans Hoek, um holandês que é considerado por muitos o melhor treinador de guarda-redes do mundo. Hoek trabalhou com Louis Van Gal no Barcelona e terá sido por sua indicação que Vítor Baía perdeu a titularidade para Ruud Hesp. A próxima entrevista a ser publicada vai ser ao ex guarda-redes Vítor Baía.

**"O espaço conta ainda com sugestões de livros, dvds e sites que pretendem auxiliar todos os profissionais ou interessados por esta actividade",** acrescenta.

[www.hqoredessecuras.com](http://www.hqoredessecuras.com) pretende assim estabelecer um ponto de contacto entre todos os aficionados pelo treino de guarda-redes, **"que poderão contribuir com as suas opiniões para a evolução deste treino específico em Portugal".**

Para informações adicionais, por favor contactar:

**Hugo Oliveira**

Telemóvel: 916901747

Site Oficial: [www.hqoredessecuras.com](http://www.hqoredessecuras.com)