

CURSO: PREPARAÇÃO FÍSICA DO FUTEBOL

Prof. Marcos Aurélio de Ávila

- 1 – Planejamento;
- 2 - Pré -temporada;
- 3 - Avaliação física, qualidades físicas , testes de campo e laboratório ,princípios de treinamento,distância percorrida pelo atleta em partida de futebol,aptidograma do atleta de futebol;
- 4 - Estatística aplicada ao futebol, fichas e gráficos utilizados na preparação física profissional;
- 5 - Relação preparador físico e atleta;
- 6 - Aulas práticas com simulação de treinamentos e avaliações físicas;
- 7 - Noções básicas de fundamentos, sistemas de jogos e treinos específicos por posição.

Carga horária: 2 (dois) dias (no mínimo).

Prof. Marcos Aurélio de Ávila (co-autor do livro: Preparação física do futebol: Metodologia e estatística – Cuca Fresca Edições, 2006). Formado em Educação Física pelo CEFID-centro de educação física e desportos da Universidade do Estado de SC - UDESC,no ano de 1993.

Começou sua carreira estagiando no São Paulo Futebol Clube, com os professores Telê Santanna e Moraci Sant'anna no ano de 1994 . É preparador físico de futebol profissional, tendo atuado nos seguintes clubes: Figueirense Futebol Clube (6 anos), Joinville Esporte Clube (4 anos), Caxias Futebol Clube, CRB - Clube de Regatas Brasil - Maceió , disputando por estes clubes as competições do Campeonato Brasileiro , Copa do Brasil ,Copa -sul minas ,Campeonato estadual.

No exterior trabalhou no CHUNNAM DRAGONS -Coréia do sul ,tendo disputado a Liga Coreana de Futebol -K-League em 2003.

Atua como palestrante em cursos de Preparação Física e realiza cursos de Preparação física para o Conselho Regional de Educação Física de Santa Catarina CREF-3 . Também profere palestras nas disciplinas de futebol da Udesc e de outras instituições.

Contatos : (19) 3902-4305
(48) 9980-2499
(48) 3346-0518/9608-6994