

**21º MESTRADO EM TREINO DE ALTO RENDIMENTO 1º Semestre de 2022-2023**

|                                 |                     |                                  |                  |                                      |                         |
|---------------------------------|---------------------|----------------------------------|------------------|--------------------------------------|-------------------------|
| <b>1º Semestre<br/>Semana 1</b> |                     | <b>1º Semestre<br/>Semana 7</b>  |                  | <b>1º Semestre<br/>Semana 13</b>     |                         |
| 23/set                          |                     | 04/nov                           |                  | 16/dez                               | Av MEFCR (SN)           |
| 23/set                          | Abertura 15h00 (SN) | 04/nov                           | Semana sem aulas | 16/dez                               | CMDD - 4 (1L)           |
| 24/set                          | FNM-1 (SN)          | 05/nov                           |                  | 17/dez                               | CMDD - 5 (1L)           |
| <b>1º Semestre<br/>Semana 2</b> |                     | <b>1º Semestre<br/>Semana 8</b>  |                  | <b>1º Semestre<br/>Semanas 14-15</b> |                         |
| 30/set                          | FNM-2 (SN)          | 11/nov                           |                  | 23/dez - 2/jan                       | FÉRIAS DE NATAL         |
| 30/set                          | MEFCR-1 (Anf.1)     | 11/nov                           |                  |                                      |                         |
| 01/out                          | BIOM-1 (1L, LB)     | 12/nov                           |                  |                                      |                         |
| <b>1º Semestre<br/>Semana 3</b> |                     | <b>1º Semestre<br/>Semana 9</b>  |                  | <b>1º Semestre<br/>Semana 16</b>     |                         |
| 07/out                          | FNM-3 (SN)          | 18/nov                           | BIOM-7 (Anf.2)   | 06/jan                               | CMDD - 6 (1L)           |
| 07/out                          | MEFCR-2 (SN)        | 18/nov                           | FNM-8 (SN)       | 06/jan                               | EST - 3 (10C)           |
| 08/out                          | BIOM-2 (1L, LB)     | 19/nov                           | MEFCR-7 (SN)     | 07/jan                               | MTICD I - FNM (1L)      |
| <b>1º Semestre<br/>Semana 4</b> |                     | <b>1º Semestre<br/>Semana 10</b> |                  | <b>1º Semestre<br/>Semana 17</b>     |                         |
| 14/out                          | MEFCR-3 (SN)        | 25/nov                           | MEFCR-8 (SN)     | 13/jan                               | MTICD I - FNM (1L)      |
| 14/out                          | BIOM-3 (1L, LB)     | 25/nov                           | Av FNM (SN)      | 13/jan                               | CMDD - 7 (1L)           |
| 15/out                          | FNM-4 (SN)          | 26/nov                           | BIOM-8 (1L, LB)  | 14/jan                               | MTICD I - An CINEM (1L) |
| <b>1º Semestre<br/>Semana 5</b> |                     | <b>1º Semestre<br/>Semana 11</b> |                  | <b>1º Semestre<br/>Semana 18</b>     |                         |
| 21/out                          | MEFCR-4 (SN)        | 02/dez                           | CMDD - 1 (1L)    | 20/jan                               | EST - 4 (10C)           |
| 21/out                          | FNM-5 (SN)          | 02/dez                           | EST - 1 (10C)    | 20/jan                               | MTICD I - An CINEM (1L) |
| 22/out                          | BIOM-4 (1L, LB)     | 03/dez                           | CMDD - 2 (1L)    | 21/jan                               | CMDD - 8 (1L)           |
| <b>1º Semestre<br/>Semana 6</b> |                     | <b>1º Semestre<br/>Semana 12</b> |                  | <b>1º Semestre<br/>Semana 1</b>      |                         |
| 28/out                          | MEFCR-5 (SN)        | 09/dez                           | CMDD - 3 (1L)    | 27/jan                               | MTICD I - Av ANTRO (1L) |
| 28/out                          | BIOM-5 (1L, LB)     | 09/dez                           | Av BIOM (SN)     | 27/jan                               | CMDD - 9 (1L)           |
| 29/out                          | MEFCR-6 (Anf.1)     | 10/dez                           | EST - 2 (10C)    | 28/jan                               | EST - 5 (10C)           |

|   |               |
|---|---------------|
| <b>1º Semestre</b>                        |               |
| <b>23-Set-2022 a 28-Jan-2023</b>          |               |
| <b>2º Semestre</b>                        |               |
| <b>3-Fev a 22-Jul-2023</b>                | <b>Sexta</b>  |
| <b>Locais de aula</b>                     | 9-13 h        |
| <b>Sala 1L (1L)</b>                       | 14h30 - 18h30 |
| <b>Salão Nobre (SN) Anfiteatros 1 e 2</b> | <b>Sábado</b> |
| <b>Sala 10C (10C)</b>                     | 9-13 h        |
| <b>Laboratório de Biomecânica (LB)</b>    |               |

| Sigla     | Nome da Disciplina   | Docente  | E-mail   |
|-----------|--|--|--|
| MEFCR     | Metabolismo Energético e Função Cardio Respiratória            | José Gomes Pereira   | <a href="mailto:jgpereira@fmh.ulisboa.pt">jgpereira@fmh.ulisboa.pt</a>   |
| CMDD      | Crescimento Maturação e Desempenho Desportivo                  | Isabel Fragoso   | <a href="mailto:ifragoso@fmh.ulisboa.pt">ifragoso@fmh.ulisboa.pt</a>   |
| FNM       | Função Neuromuscular   | Pedro Pizarat Correia  | <a href="mailto:ppezarat@fmh.ulisboa.pt">ppezarat@fmh.ulisboa.pt</a>   |
| BIOM      | Biomecânica das Técnicas Desportivas                           | Vera Moniz Pereira   | <a href="mailto:veramps@fmh.ulisboa.pt">veramps@fmh.ulisboa.pt</a>   |
| EST       | Noções de Estatística  | Júlia Teles  | <a href="mailto:jteles@fmh.ulisboa.pt">jteles@fmh.ulisboa.pt</a>   |
| MTICD - I | Métodos e Técnicas de Investigação em Ciências do Desporto - I | José Gomes Pereira<br>Isabel Fragoso<br>Vera Moniz Pereira<br>Pedro Mil-Homens<br>Maria João Valamatos | <a href="mailto:jgpereira@fmh.ulisboa.pt">jgpereira@fmh.ulisboa.pt</a><br><a href="mailto:ifragoso@fmh.ulisboa.pt">ifragoso@fmh.ulisboa.pt</a><br><a href="mailto:veramps@fmh.ulisboa.pt">veramps@fmh.ulisboa.pt</a><br><a href="mailto:pmilhomens@fmh.ulisboa.pt">pmilhomens@fmh.ulisboa.pt</a><br><a href="mailto:mjvalamatos@fmh.ulisboa.pt">mjvalamatos@fmh.ulisboa.pt</a> |

| Exames    | 1ª Época        |                     | 2ª Época        |                      |
|-----------|-----------------|---------------------|-----------------|----------------------|
| EST       | 4 de fevereiro  | 9h00 Sala a indicar | 17 de março     | 14h30 Sala a indicar |
| BIOM      | 9 de dezembro   | 14h30 Salão Nobre   | 18 de fevereiro | 9h00 Sala a indicar  |
| FNM       | 25 de novembro  | 14h30 Salão Nobre   | 3 de março      | 9h00 Salão Nobre     |
| CMDD      | 11 de fevereiro | 9h00 Sala a indicar | 14 de abril     | 14h30 Sala a indicar |
| MEFCR     | 16 de dezembro  | 9h00 Salao Nobre    | 25 de março     | 14h30 Sala a indicar |
| MTICD - I |                 | Trabalho            |                 | Trabalho             |