



Aqui está a segunda parte do artigo “Valorização Subjectiva da Carga de Treino Técnico-Tático” escrito por Nacho Coque e traduzido por João Cabral.

Uma forma prática e bastante útil, para todos os treinadores desde a formação até à alta competição avaliar o seu treino.

Descarregar o artigo [Valorização Subjectiva da Carga de Treino Técnico-Tático \(parte II\)](#)

Info Planeta Basket: João Cabral é Professor de Educação Física Licenciado pela Faculdade de Motricidade Humana com especialização em Basquetebol e é treinador de Nível 3 da Federação Portuguesa de Basquetebol.