

## Congresso de Ciência do Esporte e Legado Olímpico

**4ª-feira, 8 de junho**

**Palestras principais**

**13:00 –14:00 Legados sociais dos Jogos Olímpicos e Paralímpicos**

**14:00 –15:00 Aspectos Sociais e Gerência do Esporte**

*15:00 –15:30 Coffee break*

**15:30 –16:30 Políticas e Desenvolvimento do Esporte**

**16:30 –17:30 Jogos Paralímpicos: Mudança de Percepções**

**5ª-feira, 9 de junho**

**Mesas Redondas**

**08:00 – 09:15 Overtraining e Recuperação**

**09:30 – 10:45 Otimização do Treinamento de Resistência**

**11:00 – 12:15 Otimização do Treinamento em Esportes Coletivos**

*12:15 – 13:30 Almoço*

**13:30 – 14:45 Exercício, Nutrição e Desempenho**

**15:00 – 16:15 Estratégias para Prevenção de Lesões**

**16:30 – 17:45 Treinamento de Atletas Juvenis**