



Bem vindo, Treinador!

Email

Password

[Recuperar a password?](#)

☐ Manter a sessão iniciada

LOG IN



Olá, <COACH NAME>

Bem-vindo à dashboard na nossa aplicação CINCO.

Aqui é o ponto de partida para preparares a tua glória,
as tuas vitórias o teu sucesso.

Obrigado pela confiança e por fazeres parte da nossa equipa!

Configuração da conta

Nome

Email

Telemóvel

Idioma

Português



Desporto

Andebol



Imagem de perfil



Upload imagem

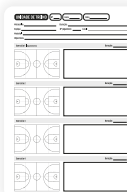
Receber novidades da CINCO?



GUARDAR

Os meus layouts

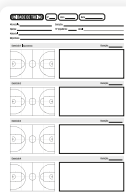
Unidade de Treino



UT - SUB 18



Planning Anual



Planning Anual_V1



Também necessitas de produtos físicos? **Visita o nosso site!**

**PERSONALIZAMOS A
TUA VITÓRIA!**

Produzimos produtos personalizados
para treinadores de diversas
modalidades



Layouts

Preparamos diversos layouts para te ajudar a organizar o teu cenário desportivo durante toda a época.

Selecciona o tipo de layout que pretendes, dá-lhe um título, e prepara as tuas vitórias!

Criar novo layout

Nome

Macro ciclo_v1

Planning Anual

Macro ciclo

Mesociclo

Microciclo

Preparação dos jogos

Unidade de Treino

Presenças

Scouting

CRIAR

Os meus layouts



Layouts

Preparamos diversos layouts para te ajudar a organizar o teu cenário desportivo durante toda a época.

Selecciona o tipo de layout que pretendes, dá-lhe um título, e prepara as tuas vitórias!

Criar novo layout

Nome

Macroclodo_v1

Planning Anual

Macroclodo

Mesociclo

Microclodo

Preparação dos jogos

Unidade de Treino

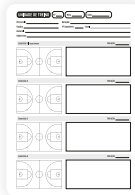
Presenças

Scouting

CRIAR

Os meus layouts

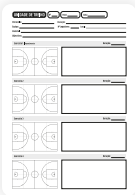
Unidade de Treino



UT - SUB 18



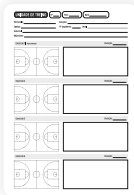
Planning Anual



Planning Anual_v1



Mesociclo



UT - SUB 18



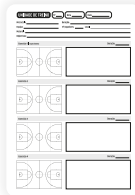
Unidade de Treino



UT - SUB 18



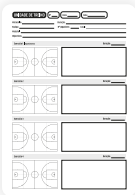
Microclodo



UT - SUB 18



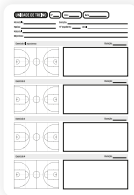
Scouting



UT - SUB 18



Presenças



UT - SUB 18



Macroclodo



UT - SUB 18



Unidade de Treino

Nome

UT - SUB 18

Nome

Layout Treino Normal

Layout Treino Guarda Redes

GUARDAR



UNIDADE DE TREINO

Nº

Hora

Data

Microciclo:

Duração:

Equipe:

Nº jogadores:

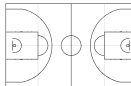
Local:

Material:

Objectivos:

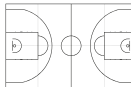
Exercício 1 | Aquecimento

Duração:



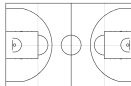
Exercício 2

Duração:



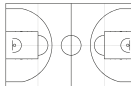
Exercício 3

Duração:



Exercício 4

Duração:



A minha conta

Nesta página podes configurar a tua conta.

Define os teus dados pessoais, a tua fotografia de treinador assim como o desporto em que queres trabalhar na plataforma e o idioma preferencial.

Dashboard

Layouts

A minha conta

Suporte



Olá Treinador,
Mário Franco

Logout

Configuração da conta

Nome

Email

Telemóvel

Idioma

Português



Desporto

Andebol



Imagem de perfil



Upload imagem

Receber novidades da CINCO?



GUARDAR



Suporte

Nesta página podes encontrar os nossos contactos para qualquer dúvida ou assistência que necessites.

Alguma dúvida?

Nome

Email

Telemóvel

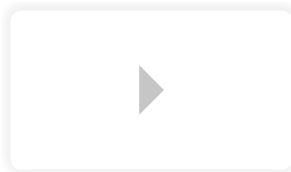
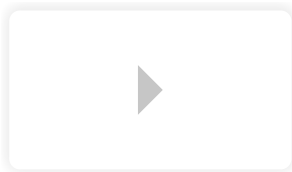
A tua mensagem

☐ Li e aceito os [Termos e Condições](#) e [Política de privacidade](#).

ENVIAR



Vídeos



1920px



1080px