



Cultura



**CASCAIS**

Elevada às Pessoas

# SURF EM PORTUGAL

**MUSEU DO MAR REI D. CARLOS**  
CONVERSAS DO MAR

**19 DE MAIO**  
10H00

Moldura incontornável do concelho, o mar está em destaque nas comemorações de mais uma Semana dos Museus em Cascais.

“As Conversas do Mar”, espaço de debate alargado com especialistas em diferentes áreas científicas e temáticas ligadas ao mar.

A conferência “O Surf em Portugal”, para refletir sobre este desporto náutico em todas as suas vertentes, vivências e emoções: formação, investigação e desenvolvimento técnico, infraestruturas, alta competição e os fenómenos ligados ao surf como a Onda da Nazaré.

**ESTÁ NA ALTURA DE ENTRAR NA ONDA  
CASCAIS NÃO PODE ESPERAR**

**ENTRADA GRATUITA**

Rua Júlio Pereira de Mello, 2750-407, Cascais  
De 3ª a 6ª das 10h-17h00, sábado e domingo das 10h-13h00 e das 14h-17h00 | tef.: 21 481 59 55

## PROGRAMA

### MANHÃ

**10H 00** Abertura Boas vindas

**10H 15** **A História do Surf em Portugal** - João Parrinha

**10H 40** **O Surf como disciplina curricular**

Formação, Investigação e Desenvolvimento Técnico do Surf

Professor Miguel Moreira

Faculdade de Motricidade Humana - Doutorado Motricidade Humana - Ciências do Desporto

**11H 00** **Surftechnique - Treino de Alto rendimento** - João Moisés

**11H 20** **Vertente motivacional** - Rodrigo Sousa

Pausa

**11H 55** **Experiência de vida** - José Ferreira

Alta competição /representante da seleção nacional

**12H 15** **Competições internacionais** - Experiência de vida/ treinos/ alimentação

Maria Abecasis | Bicampeã nacional de Surf Feminino

**12H 30** **Saúde no Desporto** - Lesões no Surf / Surfisio - Pedro Seixas

Licenciado em Fisioterapia - Escola Superior de Saúde do Alcoitão | Seleção Nacional de Surf

### Debate

almoço livre

### TARDE

**14H 30** **A Onda Gigante e o Canhão da Nazaré** - Almirante José Luís Cardoso

**15H 10** **Onda Histórica da Nazaré - A experiência** - António Silva

**15H 30** **Surf adaptado** A organização desta temática em Portugal e os benefícios associados, o material utilizado no surf adaptado - Nuno Vitorino

Pausa

**16H 10** **O investimento material que é necessário para a prática do surf, tem acompanhado a evolução que se tem verificado nesta área?**

Xenico Vidal xCULT

**16H 35** **Surf em Portugal - Que Futuro?** - Francisco Rodrigues

Presidente da Associação Nacional de Surf

### Debate e encerramento

APOIOS:

