

LOJA VIRTUAL

1,99€

Oferta especial para assinantes

Descubra mais na newsletter

Ainda nesta edição:

• Voleibol

«I Divisão e Taça de Portugal»

«Treino Funcional e Decisional»

• Gira-Volei

«V Encontro Nacional de Monitores Gira-Volei»

• Internacional

«Espanha, Alemanha e Finlândia apuradas»

«Jogos Olímpicos: Rússia, Polónia e Brasil apurados»

• Federação, Associações e Clubes

«Viana Volley Cup»

«Acção de Formação Data-Volley»

«Voleibol Nacional de Luto»

• Área Técnica

«Sebenta Técnica - Recepção Parte 1»

«Seleções jovens preparam Qualificação para o Europeu 2012»



«Plano de preparação engloba particulares com a Espanha»

A Seleção Nacional de Juniores Masculinos orientada por José António Rojas e a Seleção Nacional de Juniores Femininos orientada por Fernando Luís vão disputar respectivamente, a Poule D, a realizar na Turquia e a Poule C, a realizar na Roménia, da fase de qualificação para o Campeonato da Europa de 2012, entre 10 e 15 de Abril de 2012.

Assim, no seguimento do plano de preparação para essa importante competição, os juniores portugueses efectuarão uma série de estágios. O primeiro, a realizar nos Carvalhos, em Vila Nova de Gaia, nos dias 18 a 21 de Dezembro, consiste num Bilateral com a Espanha e compreende três jogos amigáveis entre as duas selecções (Masculinos e Femininos), formadas por atletas juniores e cadetes.

A este estágio seguir-se-á a já tradicional participação no Torneio Navidad, a realizar de 26 a 30 de Dezembro, em Guadalajara (Espanha). Na fase de qualificação para o Campeonato da Europa de 2012 de Juniores Masculinos, Portugal está integrado na Poule D (Turquia), formada ainda por Alemanha, Turquia, Eslováquia, Letónia e Áustria.

A Fase Final do Europeu 2012 será realizada em Randers (Dinamarca) e Gdynia (Polónia), de 25 de Agosto a 2 de Setembro de 2012.

Estão já apuradas para a Fase Final do Europeu as selecções da Dinamarca e da Polónia (países organizadores) e da Rússia e da Bulgária, respectivamente primeira e segunda classificadas no Europeu 2010.

Na fase de qualificação para o Campeonato da

Europa de 2012 de Juniores Femininos, Portugal está integrado na Poule C (Roménia), composta ainda por Rússia, Hungria, Finlândia, Grécia e Roménia.

A Fase Final do Europeu 2012 será realizada em Ancara (Turquia), de 18 a 26 de Agosto de 2012.

Estão já apuradas para a Fase Final do Europeu de Juniores Femininos as selecções da Turquia (país organizador) e da Itália, da Sérvia e da República Checa, respectivamente 1.ª, 2.ª e 3.ª classificadas no Europeu 2010.

O 1.º classificado passa directamente à fase final, enquanto os 2.º e 3.º classificados terão de disputar a 3.ª Ronda.

Jogos particulares com Espanha Masculinos

19/12/2011 - 17:30h - Escola ES/3 Carvalhos
20/12/2011 - 16:00h - Colégio dos Carvalhos
21/12/2011 - 10:30h - Escola ES/3 Carvalhos
21/12/2011 - 16:30h - Escola ES/3 Carvalhos

Jogos particulares com Espanha Femininos

19/12/2011 - 17:30h - Colégio dos Carvalhos
20/12/2011 - 19:00h - Colégio dos Carvalhos
21/12/2011 - 10:30h - Colégio dos Carvalhos
21/12/2011 - 16:30h - Colégio dos Carvalhos



«I Divisão e Taça de Portugal»



A 11.ª jornada do Campeonato Nacional 1.ª Divisão Seniores Femininos serviu para acertar o calendário, ficando apenas duas equipas com 1 jogo em falta, GDC Gueifães e CSD Câmara de Lobos. O equilíbrio continua a ser a nota dominadora nesta divisão, liderada pelo CS Madeira, com 23 pontos, mas seguido de muito perto pelo CD Ribereense com 22 pontos. Em terceiro surge o GDC Gueifães com 19 pontos e um jogo em falta que poderá servir, caso vença, para se juntar às açorianas na perseguição ao comandante da classificação. Nos jogos disputados no passado fim-de-semana, o GDC Gueifães bateu o vice-campeão CA Trofa, que continua à procura da primeira vitória, por 3-0, enquanto o CD Ribereense repetiu o resultado na sua recepção ao CF Belenenses/Blue. Já o Castelo da Maia GC visitou o SC Braga, tendo

vencido este encontro por 3-1. De notar que as primeiras cinco classificadas estão separadas por apenas 5 pontos. Na próxima jornada, a disputar dia 11 de Dezembro, os destaques vão para a deslocação do CD Ribereense ao terreno do Leixões SC e o dérbi maiato entre o GDC Gueifães e o Castelo da Maia GC.



No feriado de 1 de Dezembro foi dia de Taça Seniores Femininos. Destaque para o Boavista FC, que foi a Espinho bater o Sporting local pela margem máxima (3-0) e deste modo fazer jus ao excelente campeonato que tem vindo a protagonizar na II Divisão. A turma axadrezada junta-se assim a Vitória SC, CF Belenenses, GC Sto.Tirso, GDC Gueifães, Juventude Pacense, Leixões SC, CD Póvoa, CA Trofa, AA S.Mamede, SC Braga e Castelo da Maia GC na 2.ª Eliminatória.

O Campeonato Nacional da I Divisão Seniores Masculinos, que continua a ser liderado pelo SL Benfica, prolonga-se por amanhã e pelo próximo fim-de-semana, com destaque para os jogos SL Benfica x SC Espinho, Castelo da Maia GC x AA Espinho (com transmissão em directo na SportTV), jogos na quinta-feira dia 8 de Dezembro, e AJ Fonte Bastardo x Leixões SC e Vitória SC x SL Benfica (também com transmissão em directo na SportTV), que serão jogados no sábado dia 10 de Dezembro.

«Treino Funcional e Decisional»

A Federação Portuguesa de Voleibol, em conjunto com o Instituto do Desporto de Portugal, irá realizar, nos próximos dias 27 e 28 de Dezembro de 2011, uma acção de formação intitulada «Treino funcional e decisional - da Formação ao Alto Rendimento». Esta acção que contará com a preleção de António Gonçalves, André Lobo, Francisco Fidalgo, António Guerra, Ana Paulo, José Afonso, Bárbara Magalhães e António Frederico Delgado, terá lugar na Sala/Auditório da Faculdade de Desporto UP, parte teórica, e no Pavilhão da FADEUP, parte prática. Os objectivos passarão pela demonstração teórico-prática dos exercícios mais utilizados na preparação dos jogadores de voleibol, e cuja inscrição estará limitada a 40 participantes. Mais informações brevemente no site da FPV.

Gira-Volei

«V Encontro Nacional de Monitores Gira-Volei»

Organizado no dia 17 de Dezembro pela Federação Portuguesa de Voleibol (FPV), o V Encontro Nacional de Monitores de Gira-Volei “surge com o intuito de proporcionar aos treinadores/professores que trabalham com o Gira-Volei um momento de formação com especialistas na organização do desporto ao fornecer instrumentos de competências e conceitos inovadores ao nível da organização e implementação na prática do Gira-Volei”, de acordo com a organização.

O evento, a realizar na Escola EB2,3/S Dr. João Brito Camacho, em Almodôvar, distrito de Beja, terá como principais destinatários responsáveis e monitores dos centros de Gira-Volei, dirigentes e directores técnicos das associações regionais de Voleibol, técnicos superiores das câmaras municipais, professores de todos os graus de ensino, atletas e outros interessados.

Sob o lema «Gira-Volei: Do nível I ao nível II», o V Encontro Nacional contará com prelectores especializados, como Leonel Salgueiro, Coordenador Nacional do Gira-Volei, e Carlos Prata, Coordenador da Formação na FPV.

A escolha para moderadores recaiu em Daniel Lacerda, Director Técnico Nacional e antigo Coordenador Nacional do Gira-Volei, e em Leonel Salgueiro e Vítor Pereira, actuais responsáveis pela coordenação do Gira-Volei a nível nacional.

<h4>INTRODUÇÃO</h4> <p>Este Fórum surge com o intuito de proporcionar aos Treinadores/Professores a trabalhar no Gira-Volei um momento de formação com especialistas na organização do desporto, fornecendo instrumentos de competências e conceitos inovadores ao nível da organização e implementação na prática do Gira-Volei.</p>	<h4>PROGRAMA</h4> <p>17 de Dezembro de 2011 (Sábado)</p> <p>09h00 > Recepção dos participantes</p> <p>09h30 > Abertura - Prof. Daniel Lacerda</p> <p>09h45 > Intervenção de Leonel Salgueiro «Gira-Volei, Fácil, Divertido e Competitivo A Técnica do Passe»</p> <p>10h45 > Coffee-Break</p> <p>11h00 > Intervenção de Carlos Prata «Do Nível I ao Nível II - Técnicas Básicas Serviço, Manchete, Remate e Bloco»</p> <p>13h00 > Almoço</p> <p>14h30 > Intervenção Prática de Leonel Salgueiro «Progressões pedagógicas do Passe» «Quadros competitivos no 2x2»</p> <p>16h00 > Coffee-Break</p> <p>16h15 > Intervenção Prática de Carlos Prata «Progressões pedagógicas Serviço, Manchete, Remate e Bloco»</p> <p>19h00 > Encerramento e Entrega de Diplomas</p> <p>21h00 > Jantar Convívio</p> <p>23h00 > Festa Convívio</p>	<h4>INFORMAÇÕES GERAIS</h4> <p>LOCAL</p> <p>Escola EB2,3/S Dr. João Brito Camacho (Almodôvar)</p> <p>Sessão Teórica: Auditório</p> <p>Sessão Prática: Pavilhão</p> <p>DATA</p> <p>17 de Dezembro de 2011</p> <p>ENVIAR A INSCRIÇÃO</p> <p>Federação Portuguesa de Voleibol</p> <p>Avenida de França, 549</p> <p>4050 - 279 Porto</p> <p>Tel: 228 349 570 Fax: 228 325 494</p> <p>E-Mail: giravolei.fpv@mail.telepac.pt</p> <p>INSCRIÇÃO</p> <p>Polo, T-shirt, Dossier Gira, Pasta, caderno e CD-ROM com as temáticas abordadas</p> <p>GRATUITO</p> <p>Com alojamento (de 5feira para Sábado) e alimentação (2 refeições)</p> <p>15 EUROS</p>
<h4>DESTINATÁRIOS</h4> <p>Responsáveis e Monitores dos Centros Gira-Volei; Dirigentes e Directores Técnicos das Associações Regionais de Voleibol; Técnicos Superiores de Desporto das Câmaras Municipais; Professores de todos os graus de ensino; Professores responsáveis pelo D.E.; Atletas da modalidade, Outros interessados alunos do ensino Superior</p> <h4>OBJECTIVOS</h4> <ul style="list-style-type: none"> Promover a imagem do Gira-Volei ao nível institucional e social Melhorar qualitativamente o nível da intervenção junto dos jovens Desenvolver competências gerais no treino com jovens Promover o trabalho desenvolvido pelas autarquias ao nível do Gira-Volei 		

«Espanha, Alemanha e Finlândia apuradas»

A Espanha, a Alemanha e a Finlândia apuraram-se para o Torneio Europeu de Qualificação para os Jogos Olímpicos de 2012, a disputar de 8 a 13 de Maio de 2012, em Sófia, na Bulgária.

O vencedor desse torneio final qualificar-se-á para Londres 2012.

A Espanha superou a Eslováquia por 3-2 (25/20, 21/25, 25/23, 21/25 e 17/15) e venceu o Torneio 1 Europeu de Pré-Qualificação Olímpica, sediado em Poprad (Eslováquia).

A Alemanha derrotou a Bélgica por 3-0 (25/17, 25/23 e 25/23) e venceu o Torneio 2, disputado em Tourcoing (França).

A Finlândia superiorizou-se à Eslovénia por 3-1 (15/25, 25/23, 25/22 e 25/20) e venceu o Torneio 3, em Osijek, na Croácia.

Torneios de pré-qualificação

Torneio 1 – Eslováquia, Áustria e Espanha (Poule A), Turquia, Estónia e Montenegro (Poule B), em Poprad (Eslováquia).

Torneio 2 – França, Alemanha e Grécia (Poule A), República Checa, Bélgica e Letónia (Poule B), em Tourcoing (França).

Torneio 3 – Croácia, Holanda e Finlândia (Poule A), Portugal, Eslovénia e Ucrânia (Poule B), em Osijek (Croácia).

«Jogos Olímpicos: Rússia, Polónia e Brasil apurados»

A Rússia, a Polónia e o Brasil estão já apurados para os Jogos Olímpicos.

Após uma verdadeira maratona de jogos, envolvendo 12 seleções, a Rússia, n.º 2 mundial e vencedora da Liga Mundial, selou a sua sexta vitória na Taça do Mundo (4 como União Soviética) com um triunfo, por 3-2, sobre a Polónia.

O Brasil, que após a vitória (3-2) frente à Polónia precisava apenas de vencer por 3-1 o Japão para assegurar o terceiro e último lugar de acesso aos Jogos Olímpicos, ganhou por pela margem máxima e «obrigou» a Itália a disputar o Torneio Europeu de Qualificação, a realizar de 8 a 13 de Maio de 2012, na Bulgária.

O Brasil e a Itália terminaram a competição com o mesmo número de pontos, mas os brasileiros classificaram-se no 3.º lugar por apresentarem melhor rácio de sets.

Prémios individuais para os Melhores Jogadores:

Jogador Mais Valioso: Maxim Mikhaylov (Rússia)

Melhor Pontuador: Fernando Hernandez Ramos (Cuba)

Ataque: Ahmed Abdelhay (Egipto)

Bloco: Marcin Mozdzzonek (Polónia)

Serviço: Cristian Savani (Itália)

Distribuidor: Luciano De Cecco (Argentina)

Recepção: Sérgio Dutra (Brasil)

Liberador: Ren Qi (China)

(*) A Taça do Mundo é o primeiro passo no processo de qualificação para os Jogos Olímpicos, apurando os três primeiros classificados para Londres 2012.

Classificação Final:

- 1.º Rússia (Wild Card)
- 2.º Polónia (Wild Card)
- 3.º Brasil (Campeão Sul-Americano)
- 4.º Itália (Vice-Campeão Europeu)
- 5.º Cuba (Campeão da NORCECA)
- 6.º E.U.A (Vice-Campeão da NORCECA)
- 7.º Argentina (Vice-Campeão Sul-Americano)
- 8.º Sérvia (Campeão Europeu)
- 9.º Irão (Campeão Asiático)
- 10.º Japão (Organizador)
- 11.º China (Vice-Campeão Asiático)



Federação, Associações e Clubes

«Viana Volley Cup»

De 21 a 23 de Dezembro, Viana do Castelo viverá um momento desportivo único, com a realização do Viana Volley Cup, um torneio, organizado pelo Voleibol Clube de Viana e apadrinhado por Miguel Maia, que envolverá 24 equipas e mais de 300 pessoas, num clima de convívio e camaradagem.

Os jogos serão disputados em dois pavilhões desportivos: o Municipal de Santa Maria Maior e o da EB23 Frei Bartolomeu dos Mártires.

Segundo a organização, "o Viana Volley Cup é muito mais do que um torneio. Para nós, é uma ocasião única de criar laços, de competir com amigos, de aprender coisas novas... Sem nunca perder de vista a vitória, pois estarão presentes algumas das melhores equipas dos campeonatos.

Num momento tão especial como a quadra natalícia, faltava um torneio assim.

A organização empenhar-se-á em desenvolver um evento de elevada qualidade, tanto ao nível desportivo como cultural, de forma a proporcionar as melhores vivências a todas as equipas visitantes. Para nós, vianenses, é sempre importante receber os nossos amigos. E sempre em festa, como é nosso apanágio".

Entretanto, no passado dia 4 de Dezembro de 2011 realizou-se o Torneio de Natal de Minis A organizado pela Associação de Voleibol do Porto e dividido por 6 zonas, onde estiveram presentes 104 equipas e cerca de 600 atletas.

«Acção de formação Data-Volley»

AFPV vai realizar duas Acções de Formação, Observação e Análise do Jogo que terão como principais destinatários os alunos dos cursos de Desporto e de Educação Física, professores das mesmas áreas e treinadores de Voleibol.

Nota importante a destacar relativamente ao nível avançado é o facto de este curso servir para credenciar os scouts, o que passará a ser obrigatório para os elementos da equipa técnica que desempenham esta função específica.

O uso de sistemas informáticos de análise e de instrumentos estatísticos no Voleibol, nomeadamente o Data Volley e o Data Video, sobretudo na captação da leitura do rendimento individual e colectivo dos atletas, será apresentado por um experiente elenco de formadores:

Data Video/Data Volley – Hugo Silva, Treinador Adjunto da Seleção Nacional e Treinador Principal da equipa de seniores masculinos do SC Espinho e Ricardo Teixeira, Scouter da Seleção Nacional e do SC Espinho.

A acção de Nível Base, tem o início agendado para o dia 12 de Dezembro, no Auditório da Escola Superior de Educação do Porto (ESE) enquanto o Nível Avançado tem o seu início agendado igualmente para o dia 12 de Dezembro, no Auditório Fernando Jorge de Araújo Barros, na sede da FPV.

O prazo limite para a inscrição na Acção de Formação é o dia 10 de Dezembro.



«Voleibol nacional de luto»

● A Família do Voleibol, profundamente consternada com o falecimento de Fernando Dias, endereça à família, ao Clube Nacional de Ginástica e ao jornal «Record» as mais sentidas condolências, associando-se desta forma ao momento de luto que atravessa o desporto nacional.

Fernando Manuel de Oliveira Dias faleceu na quinta-feira, vítima de doença súbita. Tinha 78 anos, a maioria dos quais dedicados ao desporto e ao jornalismo.

Praticante eclético, Fernando Dias deu nas vistas como nadador, jogador de Andebol e de Futebol, mas seria no Voleibol que acabaria por deixar a sua marca mais duradoura, tendo sido campeão nacional na época de 1961/1962, ao serviço do Lisboa Ginásio, clube que representou por mais de duas décadas e no qual também desempenhou as funções de dirigente.

Ao longo da sua carreira, quer como jogador de Voleibol quer como jornalista, Fernando Dias foi distinguido inúmeras vezes, tendo deixado a sua marca indelével em todos os projectos em que esteve envolvido e ganhou o respeito e a estima de todos quantos com ele privaram.

«Sebenta Técnica - Recepção - Parte 1»

A FPV está a preparar uma sebenta de exercícios técnicos que brevemente será disponibilizada aos treinadores. Aqui fica um excerto.

PRIMEIROS PASSOS

APRENDER A INTERCEPTAR A BOLA

Logo nos primeiros contactos com o voleibol é necessário dar tempo aos recebedores, para que aprendam a ler, reagir e a interceptar a bola. Isto é efectuado através da utilização de bolas leves e de grandes dimensões, em espaços de jogo reduzidos e com a rede alta.

CRIAR ESTRUTURA PARA RECEBER

A falta de estrutura física de base está na origem dos erros técnicos, que se evidenciam mais tarde, na recepção e na defesa. No caso da manchete é de realçar as debilidades no ciclo alongamento encurtamento do trem inferior e no CORE. Como tal é decisivo intercalar nos exercícios e jogos tarefas motoras e componente física específicas que promovam: a descentração da bola; a reorganização no espaço de jogo; os deslocamentos e posição de base específico do gesto técnico; a estrutura física que permita a correcta aprendizagem das técnicas, e a prevenção de lesões por repetição ou traumatismo directo.

JOGOS REDUZIDOS (1x1 – 2x2 – 3x3)

Enviar a bola para o campo adversário e tocar com o pé ou mão fora de campo

Enviar a bola para o campo adversário e efectuar um agachamento para tocar nas linhas

Apanhar a bola num plano mais elevado (colchão, banco sueco) e efectuar um ciclo alongamento encurtamento completo

NOTA: Todos estes jogos estão devidamente explicados no documento anterior com exercícios de iniciação ao jogo.

MANCHETE – O volei-ténis como meio de introdução à manchete

ENVOLVER A BOLA

Com os apoios, colocar-se atrás da bola. Simultaneamente com os membros superiores, de fora para dentro e deslizando do tronco para trás da bola aproximá-la do eixo central do corpo, para contactar a bola de uma forma estável e controlada.

EXERCÍCIOS

Simular um jogo de ténis saindo da posição de sentado e utilizando apenas um dos membros superiores para contactar a bola é um dos exercícios que aconselho vivamente. O contacto com a bola é efectuado com a palma da mão bem aberta ou com o antebraço. Numa fase inicial permitir o ressalto e ir caminhando para um jogo final em manchete directa mais agressivo.

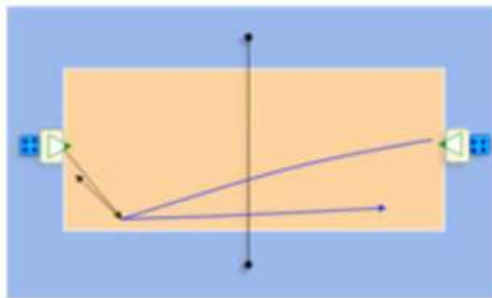
SAIR DE SENTADO

Sair de sentado reduz a carga na fase excêntrica do ciclo alongamento encurtamento no trem inferior o que vai permitir um maior controlo e efectividade no contacto com a bola.

- ciclo alongamento encurtamento facilitado

- amplitude no primeiro apoio
- avançar primeiro o apoio e só depois o antebraço dominante
- recuar para receber ou defender
- obrigar a um controlo fino no contacto com bola
- uma boa definição da lateridade (esquerdo, direito)

ATENÇÃO: Não começar a ensinar a manchete pela pega, este é um dos erros mais graves e frequentes na formação. A pega deve ser última acção a ser realizada e ocorrer praticamente em simultâneo com o contacto com a bola



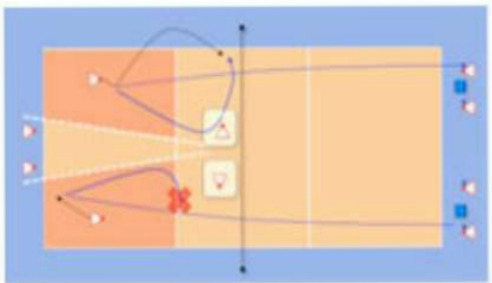
TÉCNICA – início do treino da recepção

TRAJECTÓRIA ALTA E PRECISÃO

Primeiro aprender a elevar com precisão.

A referência em cima de uma caixa alta - elevar a trajectória da bola na recepção.

A referência em cima de uma caixa estreita - promover a precisão na recepção.



RECEBER PARA O ESPAÇO VAZIO

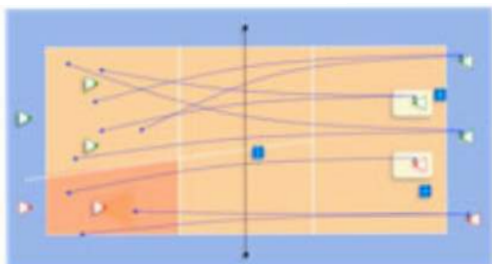
Assim que dominar os dois aspectos referidos anteriormente, devem deixar de receber para alvos fixos e treinar a recepção para a zona onde vai entrar o distribuidor.

QUALIDADE NO TREINO DA RECEPÇÃO

Aumentar o volume na recepção - intercalar o serviço em cima de caixas;

Reduzir o tempo de reacção - as caixas dentro de campo;

Treinar com serviço mais forte que na competição - servir agressivo.



NO ALTO NÍVEL

Plataforma firme e orientada para o alvo são os únicos aspectos que aparecem directamente relacionados com o sucesso na recepção. O que implica o reforço do CORE, uma estabilidade e controlo corporal elevados e assim como a dissociação do trem inferior do superior e uma óptima diferenciação da lateralidade.

TÁCTICA INDIVIDUAL

ENTREGAR A BOLA

É muito importante numa perspectiva de futuro aprender a receber com os membros inferiores e saber entregar a bola com a linha de ombros, os jogador tem de saber acabar a recepção. O ponto de referência para entregar a bola na recepção deve ser uma zona elevada à frente do distribuidor.

ENTREGAR? OU LEVANTAR?

Em função da qualidade e da agressividade do serviço, o recebedor deve aprender a diferenciar entre entregar a bola ao distribuidor ou apenas levantar a bola para não cometer um erro grave.

ESCONDER O LADO FRACO

Aprender a proteger o seu lado mais fraco na recepção, à frente ou atrás, à esquerda ou à direita, em situações de serviço agressivo ou competição.

SERVIR SEMPRE AGRESSIVO

Para que os recebedores aprendam a adaptar-se ao serviço adversário é decisivo treinar com um serviço agressivo em termos tácticos. Então, o que fazer para gerir o erro no serviço? Caso ocorram muitos erro no serviço, criar situações para dar volume à recepção.

Servir de dentro de campo

O treinador servir quando o serviço erra

O treinador intercala com os servidores

Caso ocorra muita rotura na recepção,

Subir a rede

Diminuir as áreas de responsabilidade na recepção

Colocar mais recebedores

O treinador alterna com os servidores e simula o serviço ponto anterior.

LIGAR A RECEPÇÃO

Com o outro colega recebedor – sistema de recepção

Com o entrar para atacar – entrar em sistema ofensivo

OBJECTIVOS DA RECEPÇÃO

FORMAÇÃO - Controlo Técnico em contexto adequado de jogo.

COMPETIÇÃO – A equipa entrar em sistema ofensivo com todas as opções de ataque.

Na próxima edição traremos alguns exercícios exemplificativos de treino da recepção.

Por Prof. António Guerra

FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE VOLEIBOL

Portuguese Volleyball Federation



Departamento de Marketing



*Feliz Natal e Bom Ano Novo
Merry Christmas and a Happy New Year*

LOJA VIRTUAL

Proteja-se da chuva com estilo...

Artigo da semana: Guarda-Chuva FPV

Na encomenda utilize este código promocional

NEW0003GC

Apenas 1,99€

Promoção válida até 31/12/11 e limitada ao stock existente



SIGA-NOS NO FACEBOOK



www.facebook.com/fpvoleibol