



Instituto Politécnico Viana do Castelo

Escola Superior de Desporto e Lazer

Avaliação, planeamento e performance em Trail Running

Posgraduacao

RELATÓRIO ANUAL DE CURSO - RESUMO

2020/21

Coordenador: Bruno André Ferreira da Silva

Nota: Para consultar o Relatório Anual de Curso completo, aceda a [ON.IPVC](https://on.ipvc.pt) com as suas credenciais de acesso.

Índice

1. Comissão de Curso	3
2. Parcerias	4
3. Estudantes e ambiente de ensino e aprendizagem	5
4. Ambientes de Ensino/Aprendizagem	7
5. Resultados	8
6. Conclusão	13

1. Comissão de Curso

- Coordenador: Bruno André Ferreira da Silva
- Docentes: Bruno André Ferreira da Silva
João Miguel Vieira Camões
José Pedro Arieiro Gonçalves Bezerra
- Estudantes: Maria de Magalhães Marques Costa Lúcio
Victor Manuel Camilo Fernandes

2. Parcerias

2.1. Parcerias internacionais

Designação	Coordenação	Entidades Parceiras	Início/Fim	Entidades Financiadoras
------------	-------------	---------------------	------------	-------------------------

2.2. Parcerias nacionais

Designação	Coordenação	Entidades Parceiras	Início/Fim	Entidades financiadoras (se aplicável)
Sapienta Sports	Rute Sarmento	Sapienta Sports		
MelSports EM	Igor Alves	MelSports EM		
CMEP Medical, Fitness & Spa	Ana Sousa	Exercise Medical Center & Spa		

2.3. Colaborações intrainstitucionais com outros ciclos de estudos

A pós-graduação tem uma parceria com a empresa Sapienta Sports que presta apoio na divulgação e promoção do CE, bem como ao abrigo do protocolo assinado no início do ano letivo presta serviço especializado nas Unidades Curriculares de História e Evolução do Trail Running; Teoria e Metodologia do Treino Desportivo; Metodologia do Treino Desportivo no Trail Running I e II; Prática Laboratorial I e II e Biomecânica e avaliação física no Trail Running. Existe também uma estreita colaboração com a licenciatura em Desporto e Lazer e o Mestrado em Treino Desportivo, com esta PG a ter uma equivalência direta em 35 ECTS.

As restantes parcerias (MelSports EM e Exercise Medical Center & Spa (CMEP Medical, Fitness & Spa) são muito relevantes no contexto das UC's de Prática Laboratorial pela oportunidade de criarem um contexto de prática dentro das melhores referências internacionais.

3. Estudantes e ambiente de ensino e aprendizagem

3.1. Caracterização dos estudantes

3.1.1. Caraterização dos estudantes por género, idade, região de origem

Caracterização dos Estudantes	20/21
Género	%
Feminino	35.29
Masculino	64.71
Idade	%
<20 anos	0
20-23 anos	0
24-27 anos	0
>27 anos	100
Distrito	%
Aveiro	0
Beja	0
Braga	0
Bragança	0
Castelo Branco	0
Coimbra	5.88
Évora	0
Faro	5.88
Guarda	0
Ilha da Graciosa	0
Ilha da Madeira	0
Ilha de Porto Santo	0
Ilha de São Jorge	0
Ilha de São Miguel	17.65
Ilha do Faial	0
Ilha do Pico	0
Ilha Terceira	0
Leiria	0
Lisboa	29.41
Portalegre	0
Porto	5.88
Santarem	0
Setubal	5.88
Viana do Castelo	17.65
Vila Real	0
Viseu	5.88

Pela seu regime de funcionamento, pós-laboral e b-learning, o CE apresenta um perfil de alunos diferente do habitual para a ESDL, provenientes de diferentes localizações geográficas habituais para a ESDL (distrito de Viana do Castelo e Braga), com a totalidade dos alunos a apresentar mais de 27 anos. Por essa mesma razão o perfil relativamente a experiências, passado profissional e de formação de base é também muito característico com a maioria, 35.28%, oriundos de Lisboa e Vale do Tejo, 17.65% oriundos da região Autónoma do Açores e os restantes dispersos entre Viana do Castelo, Porto, Viseu, Coimbra, Leiria e Faro. Neste contexto 5.88% representa ainda alunos proveniente de um outro país da União Europeia.

3.1.2. Número de estudantes por ano curricular

Ano Curricular	17/18	18/19	19/20	20/21
1º	0	0	0	17
TOTAL	0	0	0	17

Tratando-se da sua primeira edição e com um formato de apenas dois semestres, a reflexão tem de ser realizada pela taxa de ocupação de 70.83%, do número total de vagas, fator a ter em consideração e que se reveste como muito positivo.

3.1.3. Procura do ciclo de estudos

	17/18	18/19	19/20	20/21
N.º VAGAS	0.00	0.00	0.00	0.00
N.º Matriculados(1ºano 1ªvez)	0.00	0.00	0.00	17.00
% OCUPAÇÃO	%	%	%	%
MATRICULADOS(1ºano / 1ªvez)/vagas	0.00	0.00	0.00	0.00

Considerando o prazo de lançamento e promoção realizada, a sua abertura num espaço tão curto de tempo e com uma taxa de inscrições acima dos 70% do total de vagas, leva a considerar a procura do CE de forma bastante positiva. Para além dos fatores anteriores é a primeira PG do seu género em Portugal e sobre uma temática muito específica, dentro de um dos nichos do treino desportivo, das áreas do Atletismo.

4 Ambientes de Ensino/Aprendizagem

4.1. Resultados de inquéritos de satisfação dos estudantes - processo ensino/aprendizagem

IASQE	Sem.	17/18	18/19	19/20	20/21
% de Participação	S1	0.00	0.00	0.00	100.00
	S2	0.00	0.00	0.00	41.18

IASQE	Sem.	18/19	19/20	20/21
Índice Médio Satisfação - Curso		0.00	0.00	100.00
Índice Médio Satisfação - Docentes	S1	0.00	0.00	96.27
	S2	0.00	0.00	98.77
Índice Médio Satisfação - UCs	S1	0.00	0.00	93.27
	S2	0.00	0.00	98.55

Com um índice médio de satisfação de 100 em 100 o balanço é extremamente positivo, colocando o CE no patamar de excelência logo na sua primeira edição. O índice de satisfação médio docente encontra-se acima dos 96 pontos em ambos os semestres, indicador muito positivo e que comprova as escolhas realizadas na alocação do corpo docente às UC's. Já o índice médio de satisfação com as UC's é muito positivo em ambos os semestres, mas muito mais alto (acima dos 98 pontos) no S2, provavelmente por se tratar de conteúdos mais práticos e ligados ao contexto diário enquanto treinador, enquanto no S1 algumas das UC's apresentavam conteúdos mais teóricos que nem sempre são bem percebidos por partes dos alunos, causando alguns constrangimentos devido às diferentes áreas de formação dos alunos.

5. Resultados

5.1. Resultados Acadêmicos

5.1.1. Eficiência formativa

Diplomados

	17/18	18/19	19/20	20/21
N.º diplomados	0	0	0	17
N.º diplomados em N anos	0	0	0	17
N.º diplomados em N +1 anos	0	0	0	0
N.º diplomados N+2 anos	0	0	0	0
N.º diplomados em mais de N+2 anos	0	0	0	0

Nota média final de curso

	17/18	18/19	19/20	20/21
Nota média final	0.00	0.00	0.00	16.00

A eficiência formativa foi extremamente positiva com a aprovação de 17 em 17 alunos e com uma média final de 16.00 valores o que demonstra que as estratégias pedagógicas e didáticas, e as metodologias de ensino foram as mais ajustadas ao contexto.

5.1.2. Sucesso Escolar - taxa de aprovação

Ano	Grupo Disciplinar	UC	Inscritos	Classificação Média	Classificação Máxima	Classificação Mínima	Aprovados	Aprovados/Inscritos	Aprovados/Avaliados
1	CDTL	Biomecânica e avaliação física no Trail Running	17.00	15.59	17.00	14.00	17.00	100.00	100.00
1	CDTL	Competências e processos de gestão e intervenção no âmbito do Trail Running	17.00	18.59	19.00	18.00	17.00	100.00	100.00
1	CDTL	Exercício, Metabolismo e Nutrição	17.00	17.88	19.00	13.00	17.00	100.00	100.00
1	CDTL	Fisiologia do exercício	17.00	13.94	17.00	10.00	17.00	100.00	100.00
1	CDTL	Fisiologia do exercício em altitude	17.00	17.24	20.00	14.00	17.00	100.00	100.00
1	CDTL	História e Evolução do Trail Running	17.00	16.53	18.00	13.00	17.00	100.00	100.00
1	CDTL	Metodologia do Treino Desportivo no Trail Running I	17.00	17.59	19.00	16.00	17.00	100.00	100.00
1	CDTL	Metodologia do Treino Desportivo no Trail Running II	17.00	16.29	18.00	14.00	17.00	100.00	100.00
1	CDTL	Prática Laboratorial I	17.00	18.00	18.00	18.00	17.00	100.00	100.00
1	CDTL	Prática Laboratorial II	17.00	18.00	18.00	18.00	17.00	100.00	100.00
1	CDTL	Prevenção e reabilitação lesões associadas ao Trail Running	17.00	17.59	19.00	15.00	17.00	100.00	100.00
1	CDTL	Teoria e Metodologia do Treino	17.00	15.76	17.00	15.00	17.00	100.00	100.00

		Desportivo							
--	--	------------	--	--	--	--	--	--	--

Tipo de creditação	Nº de Pedidos (UCs)	Nº de ECTS de origem	Nº de ECTS creditados
--------------------	---------------------	----------------------	-----------------------

Numa análise global de todas as UC's, verifica-se uma aprovação de 100.0% com 58,3% a apresentarem uma classificação média acima dos 17 valores o que se traduz em indicadores bastante positivos e esclarecedores do sucesso escolar e das metodologias de ensino utilizadas.

5.1.3. Abandono Escolar

Ano Curricular	17/18	18/19	19/20	20/21
1º	0	0	0	0
TOTAL	0	0	0	0

Devido às estratégias implementadas pela comissão de curso e a constante articulação com os alunos e os seus representantes conseguiu-se manter a taxa de abandono escolar nos 0,0%, levando a implementar este ensino de maior proximidade, mesmo com o decorrer da grande maioria das atividades letivas à distância.

5.1.4. Empregabilidade

Curso	Jun. 2019	Jun. 2020
% de Empregabilidade do Curso (Dados Infocursos)		
% de Empregabilidade nacional na área de formação (Dados Infocursos)		
% de Empregabilidade nacional ES (Dados Infocursos)		
% empregabilidade (obtido por inquérito interno (se aplicável))		
Tempo para obtenção de 1º emprego (obtido por inquérito interno (se aplicável))		
% diplomados que trabalha na área de formação (obtido por inquérito interno (se aplicável))		

No contexto deste CE a empregabilidade tem um carácter de análise diferenciado já que a auscultação realizada pelo IPVC aos seus antigos estudantes através de um inquérito online, neste caso não traduz qualquer efeito e o CE apresentar como público alvo alunos que já se encontram no mercado de trabalho e procuram uma especialização para melhorar a sua prática ou realizar uma recondução profissional. Contudo, e considerando as limitações existentes verifica-se uma empregabilidade de 100% uma vez que todos os alunos apresentam uma ligação direta ou indireta vocacionada pelo CE frequentado.

5.2. Resultados das atividades científicas, tecnológicas e artísticas

Centros de investigação em que docentes do curso estão integrados

Centro de Investigação	Código CI	Classificação FCT	IES gestora	Docente Membro Integrado
Research Centre in Sports Sciences, Health Sciences and Human Development (CIDESD), Portugal	CIDESD	Excelente	UTAD	Bruno André Ferreira da Silva
Centro de Investigação em Actividade Física, Saúde e Lazer	CIAFEL	Excelente	UP	Carlos Eduardo da Silva Teixeira
Research Centre in Sports Sciences, Health Sciences and Human Development (CIDESD), Portugal	CIDESD	Excelente	UTAD	César Edgar de Sousa Leão
Research Centre in Sports Sciences, Health Sciences and Human Development (CIDESD), Portugal	CIDESD	Excelente	UTAD	José Pedro Arieiro Gonçalves Bezerra

Projetos de investigação associados ao curso

Designação	Coordenação	Entidades parceiras (se aplicável)	Início/Fim	Entidades financiadoras (se aplicável)
Trail running injury and risk factors - living systematic review	Carel Viljoen			

Publicações associadas ao curso

Tipo de Publicação	Referência (modelo APA)
artigo científico	Ilinedo-Cardalda, I.; Ferreira, M.; Bezerra, P.; Cancela-Carral, J.M. (2021). Health-Related Functional Fitness within the Elderly Communities of Five European Countries: The in Common Sports Study. <i>Int. J. Environ. Res. Public Health</i> 2021, 18, 12810. https://doi.org/10.3390/ijerph1823128100 .
artigo científico	Camões M, Silva R, Oliveira D, Sousa T, Bezerra P, Lima R, Clemente FM (2022). Rink hockey team performance and technical determinants of the game: a full-season analysis. <i>Hum Mov.</i> 23(2):121-127; doi: https://doi.org/10.5114/hm.2021.106169
artigo científico	Passos, João, Sérgio I. Lopes, Filipe M. Clemente, Pedro M. Moreira, Markel Rico-González, Pedron Bezerra, and Luís P. Rodrigues (2021). Wearables and Internet of Things (IoT) Technologies for Fitness Assessment: A Systematic Review. <i>Sensors</i> 21, no. 16: 5418. https://doi.org/10.3390/s21165418
artigo científico	Rui Silva, Miguel Camões, António Barbosa, Georgian Badicu, Hadi Nobari, André Bernardo, Sílvia Afonso Carvalho, Tiago Santana, Ricardo Lima, Pedro Bezerra, Filipe Manuel Clemente (2021). Relationship between training load and match running performance in mens soccer. <i>Journal of Mens Health</i> . doi:10.31083/jomh.2021.082.
artigo científico	Gonçalves, L., Camões, M., Lima, R., Bezerra, P., Nikolaidis, P., & Rosemann, T. et al. (2022). Characterization of external load in different types of exercise in professional soccer. <i>Human Movement</i> , 23(1), 89-95. https://doi.org/10.5114/hm.2021.104190
artigo científico	Lajoso-Silva, Nuno, Bezerra, Pedro, Silva, Bruno, Carral, José Maria Cancela (2021). Firefighters' Cardiorespiratory Fitness Parameters after 24 Weeks of Functional Training with and without Personal Protective Equipment. <i>Polish Journal of Sport and Tourism</i> , 28(2), pp. e8-e13. DOI:10.2478/pjst-2021-0008.
artigo científico	Passos, J; Lopes, SI; Clemente, FM; Moreira, PM; Rico-González, M; Bezerra, P; Rodrigues, LP (2021). Wearables and Internet of Things (IoT) Technologies for Fitness Assessment: A Systematic Review. <i>Inplasy protocol</i> 202160041. doi: 10.37766/inplasy2021.6.0041.
artigo científico	Wen-Yen Tseng, Ghazi Rekik, Chia-Hui Chen, Filipe M. Clemente, Pedro Bezerra, Zachary J. Crowley-McHattan, and Yung-Sheng Chen (2021). Effects of 8-Week FIFA 11+ for Kids Intervention on Physical Fitness and Attention in Elementary School Children. <i>Journal of Physical Activity and Health</i> . Advance online publication. https://doi.org/10.1123/jpah.2020-0823 .
artigo científico	Miguel Lima, Bruno Silva, Sílvia Rocha-Rodrigues, Pedro Bezerra (2021). The impact of an 8-week Pilates-based physical training program on functional mobility: data from a septuagenarian group. <i>Biomedical Human Kinetics</i> 13(13):11-19. DOI: 10.2478/bhk-2021-0002.
artigo científico	Chen, Y.-S.; Zhou, S.; Crowley-McHattan, Z.J.; Bezerra, P.; Tseng, W.-C.; Chen, C.-H.; Ye, X. (2021). Acute Effects of Kinesiology Taping Stretch Tensions on Soleus and Gastrocnemius H-Reflex Modulations. <i>Int. J. Environ. Res. Public Health</i> , 18, 4411. https://doi.org/10.3390/ijerph18094411 .
artigo científico	Silva, A.F.; Cancela, J.M.; Mollinedo, I.; Camões, M.; Bezerra, P. (2021). The Relationship between Health Perception and Health Predictors among the Elderly across European Countries. <i>Int. J. Environ. Res. Public Health</i> , 18 (8), 4053. https://doi.org/10.3390/ijerph18084053 .
artigo científico	Matos, S.; Clemente, F.M.; Silva, R.; Pereira, J.; Bezerra, P.; Cancela Carral, J.M. (2021). Variations of Trail Runners Fitness Measures Across a Season and Relationships with Workload. <i>Healthcare</i> , 9, 318. https://doi.org/10.3390/healthcare9030318 .

Artigo científico	Mónica Ferreira, Miguel Camões, Ricardo Franco Lima, Rui Silva, Henrique de Oliveira Castro, Bruno Mendes, Pedro Bezerra, Filipe Manuel Clemente (2021). Variations of workload and well-being measures across a professional basketball season. <i>Rev Bras Cineantropomn Desempenho Hum</i> , 23:e75863. http://doi.org/10.1590/1980-0037.2021v23e75863 .
Artigo científico	Silva, R., Lima, R., Camões, M., Leão, C., Matos, S., Pereira, J., Bezerra, P., & Clemente, F. M. (2021). Physical fitness changes among amateur soccer players: the effects of pre-season period. <i>Biomedical Human Kinetics</i> , 13, 63-72. DOI: https://doi.org/10.2478/bhk-2021-0009
Artigo científico	Yung-Sheng Chen, Jeffrey C. Pagaduan, Pedro Bezerra, Zachary J. Crowley-McHattan, Cheng-Deng Kuo, Filipe Manuel Clemente (2021). Agreement of Ultra-Short-Term Heart Rate Variability Recordings During Overseas Training Camps in Under-20 National Futsal Players. <i>Frontiers in Psychology</i> . Doi: 10.3389/fpsyg.2021.621399
Artigo científico	Miguel Lima, Sílvia Rocha Rodrigues, Pedro Bezerra, Luís Paulo Rodrigues & José Maria Cancelan (2021). Monitorization of Timed Up and Go Phases in Elderly. <i>Physical & Occupational Therapy International</i> , DOI: 10.1080/02703181.2020.1836111.
Artigo científico	Lajoso-Silva, Nuno, Bezerra, Pedro, Silva, Bruno, Carral, José Maria Cancela (2021). Functional training in Portuguese Firefighters. Impact of Functional training with or without Personal Protective Equipment. <i>Journal of occupational and environmental medicine</i> , 63(4), pp. e169-e176. DOI: 10.1097/JOM.0000000000002141
Artigo científico	Gonçalves, L., Camões, M., Lima, R., Bezerra, P., Nikolaidis, P. T., Rosemann, T., Knechtle, B., & Clemente, F. M. (2022). Characterization of external load on different types of exercise in professional soccer. <i>Human Movement</i> , 23(1), 89-95.
Artigo científico	Silva, R., Lima, R., Camões, M., Leão, C., Matos, S., Pereira, J., Bezerra, P., & Clemente, F. M. (2021). Physical fitness changes among amateur soccer players: the effects of pre-season period. <i>Biomedical Human Kinetics</i> , 13, 63-72.
Artigo científico	Camões, M., Silva, R., Oliveira, D., Sousa, T., Bezerra, P., Lima, R., & Clemente, F. M. (2022). Rink hockey team performance and technical determinants of the game: A full-season analysis. <i>Human Movement</i> ,
Artigo científico	Silva, B., & Gonçalo, C. (2020). Perfil de entrenamiento y rendimiento en bodyboarders de élite. <i>SPORT TK-Revista EuroAmericana de Ciencias del Deporte</i> , 9(1), 27-32. https://doi.org/10.6018/sportk.413271
Artigo científico	Martins, A., Silva, B., Camões, M., Pereira, J., & Clemente, F. (2020). Lesiones entre practicantes de esquí y snowboard portugueses. <i>SPORT TK-Revista EuroAmericana de Ciencias del Deporte</i> , 9(1), 7-14. https://doi.org/10.6018/sportk.413231
Artigo científico	Rocher, M., Silva, B., Cruz, G., Bentes, R., Lloret, J., & Inglés, E. (2020). Benefits of Outdoor Sports in Blue Spaces. The Case of School Nautical Activities in Viana do Castelo. <i>International journal of environmental research and public health</i> , 17(22), 8470. https://doi.org/10.3390/ijerph1722847
Artigo científico	Silva, B., Cruz, G., Rocha-Rodrigues, S., & Clemente, F. (2021). Monitoring physical performance and training load in young surf athletes. <i>Journal of Human Sport and Exercise</i> , 16(2), 261-272. doi: https://doi.org/10.14198/jhse.2021.162.03
Artigo científico	Rocha-Rodrigues, S., Matos, A., Afonso, J., Mendes-Ferreira, M., Abade, E., Teixeira, E., Silva, B., Murawska-Cia, E., Oliveira, M. J., & Ribeiro, R. (2021). Skeletal Muscle-Adipose Tissue-Tumor Axis: Molecular Mechanisms Linking Exercise Training in Prostate Cancer. <i>International journal of molecular sciences</i> , 22(9), 4469. https://doi.org/10.3390/ijms22094469
Artigo científico	Cruz, G., Silva, B., & Bentes, R. (2021). Training profile and performance in European adaptive surfing athletes. <i>Advances in Rehabilitation</i> , 35(2), 9-16. https://doi.org/10.5114/areh.2021.105878
Artigo científico	Silva, B., Bezerra, P., & Cancela, J. M. (2021). Young adults? physical activity and physical function: 12 months follow up. <i>Brazilian Journal of Motor Behavior</i> , 15(2), 107-117. https://doi.org/10.20338/bjmb.v15i2.200
Artigo científico	Teixeira, E., Fonseca, H., Diniz-Sousa, F., Veras, L., Boppre, G., Oliveira, J., Pinto, D., Alves, A. J., Barbosa, A., Mendes, R., & Marques-Aleixo, I. (2021). Wearable Devices for Physical Activity and Healthcare Monitoring in Elderly People: A Critical Review. <i>Geriatrics (Basel, Switzerland)</i> , 6(2), 38. https://doi.org/10.3390/geriatrics6020038

Artigo científico	Matos, S., Silva, B., Clemente, F. M., & Pereira, J. (2021). Running-related injuries in Portuguese trail runners: a retrospective cohort study. The Journal of sports medicine and physical fitness, 61(3), 420?427. https://doi.org/10.23736/S0022-4707.20.11304-5
-------------------	---

5.3. Internacionalização

	16/17	17/18	18/19	19/20	20/21
Nº alunos estrangeiros (<u>não</u> inclui alunos Erasmus In)					0
% alunos estrangeiros (<u>não</u> inclui alunos Erasmus In)					0
Nº alunos Internacionais (<u>não</u> inclui alunos Erasmus In)					1
Nº alunos em programas internacionais de mobilidade (<u>in</u>)					0
% alunos em programas internacionais de mobilidade (<u>in</u>)					0
Nº alunos em programas internacionais de mobilidade (<u>out</u>) (Erasmus e outros programas)					0
% alunos em programas internacionais de mobilidade (<u>out</u>) (Erasmus e outros programas)					0
Nº docentes estrangeiros, incluindo docentes em mobilidade (<u>in</u>)					0
% docentes estrangeiros, incluindo docentes em mobilidade (<u>in</u>)					0
Nº docentes do ciclo de estudos em mobilidade (<u>out</u>) (Erasmus e outros programas)					0
Nº pessoal não docente associado à Escola/Curso em mobilidade (<u>out</u>) (Erasmus e outros programas)					0

A estruturação do CE leva a seja ajustada a inclusão de alunos de diferentes localizações geográficas, estando na sua primeira edição a inclusão de um aluno residente na Suíça, que acompanhou de forma extremamente positiva o desenrolar das atividades letivas, embora com a facilidade de ser português mas estar radicado na Suíça e dominar a língua Portuguesa.

6. Conclusão

O CE surgiu pela primeira vez este ano letivo, apresentando-se logo com a possibilidade de se desenvolver com uma taxa de inscrição superior a 70% do total de vagas disponíveis. As condições de acesso e o seu desenvolvimento de forma pós-laboral e em regime b-learning, com um momento presencial levou a uma satisfação média dos alunos de 100 pontos em 100 e uma taxa de sucesso de 100%. Estes resultados deveram-se na sua maioria às ações desenvolvidas pela comissão de curso, corpo docente e apoio administrativo da ESDL. Numa perspectiva de crescimento e continuação do sucesso do CE torna-se necessária uma aposta clara na promoção do CE nos canais de comunicação regionais, mas acima de tudo nacionais, pela abrangência e diversidade dos alunos que frequentaram esta primeira edição, para que se possa continuar em contínuo crescimento e expansão. Este crescimento sustentado acarretará a promoção e diferentes ações de marketing, mas também a necessária remuneração ajustada e atempada aos docentes que a integram o CE, bem como o reforço das parcerias junto de entidades de referência como a Federação Portuguesa de Atletismo e a International Trail Running Association (ITRA).

O IASQE, mesmo com uma participação diferente entre o S1 e S2, demonstra a necessidade de um melhor equilíbrio de ajuste às expectativas dos alunos face ao corpo docente e conteúdos programáticos, bem como a necessidade de aquisição de novos equipamento e material para melhoria da qualidade das aulas e investigação, além do aproveitamento desta nova rede de contactos para o desenvolvimento de investigação por parte dos estudantes nas áreas afins do Trail Running.

A próxima edição deste CE reveste-se de extrema importância para a afirmação e desenvolvimento das áreas do Trail Running e afirmação da ESDL nesta área de intervenção, sendo necessário o reforço das medidas referenciadas na análise Swot e desenvolvimento positivo por parte de todos os intervenientes direta e indiretamente associados ao CE.

Será de extrema importância a continuação de esforços de reconhecimento junto da ATRP e FPA do CE possibilitando que este fique definitivamente associado à formação de treinadores, nomeadamente, através da Cédula de Treinador Desportivo ou quem sabe a criação de uma cédula específica dedicada ao Trail Running.

As estratégias de metodologias de ensino demonstraram ser uma das mais valias para a concretização do sucesso escolar e desenvolvimento de competências, decidindo a comissão de curso manter e reforçar para o próximo ano letivo a prática orientada muito assente na resposta ao "o quê"; "como" e "porquê". Neste sentido, será também estratégia reforçar a importância da investigação científica e a sustentação que esta deve dar ao desenvolvimento das atividades letivas e seja um elemento catalisador dos alunos e demais satisfação com as UC's, a ESDL e o CE.