



JORNADA DE TECNIFICACIÓN FEMENINA EN ACTIVIDADES SUBACUÁTICAS Zaragoza, 17 y 18 de diciembre 2022

Fechas: Sábado 17 de diciembre de 19.30 a 21.00
Domingo 18 de diciembre de 9.00 a 13.00

Lugar: Zaragoza

Participantes: Mujeres federadas en activo que acrediten participación en competiciones autonómicas, nacionales o internacionales en alguna de las disciplinas de la FEDAS. Las plazas son limitadas y se tendrá en cuenta el orden de inscripción. Dado que la Jornada se hace coincidir con una prueba oficial del calendario FEDAS de natación con aletas, las deportistas de esta disciplina tendrán prioridad.

Edad mínima: 16 años

Finalidad: La tecnificación tiene como finalidad la mejora de la formación y el rendimiento deportivo de las deportistas de actividades subacuáticas en cualquiera de sus disciplinas.

Los objetivos establecidos para esta jornada son contenidos en nutrición, psicología.

Programa de las Jornadas:

Sábado 17 de diciembre de 19.30 a 21.00

NUTRICIÓN

Ponente: Lara Marín

Domingo 18 de diciembre de 9.00 a 11.00

PSICOLOGÍA

Ponente: Carolina Martín

Instalaciones donde se desarrollarán las jornadas:

Club Deportivo Stadium Casablanca de Zaragoza

Las solicitudes de inscripción deberán realizarse a través del siguiente enlace:

<https://forms.office.com/r/WzcFTKpf8X>

El plazo para presentar solicitudes termina el 5 de diciembre a las 23.45h. La resolución se anunciará en un plazo máximo de 48h.