

ÁREA TÉCNICA

CIRCULAR 40/2022

Madrid, 15 de septiembre de 2022

Para general conocimiento de clubes entrenadores y atletas

JORNADA TECNICA DE LANZAMIENTOS PROTAMA 2022

La Federación de Atletismo de Madrid desarrollando el programa de Tecnificación Deportiva PROTAMA 2022, organiza a propuesta del Comité Técnico, la siguiente Jornada Técnica de lanzamientos, en la que se convoca a los atletas y sus entrenadores, siendo obligatorio para los pertenecientes a PROTAMA, incluidos los lesionados que asistirán como oyentes.

Se realizará una **JORNADA PRESENCIAL CON RETRANSMISIÓN TELEMÁTICA A TRAVÉS DE PLATAFORMA TEAMS** donde la instructora de Mindfulness **IVANA VERÓNICA CARASA VILLEGAS** presentará la exposición:

“MINDFULNESS Y COMPETICIÓN”

Esta charla pretende mostrar cómo el trabajo con Mindfulness puede ayudar a gestionar situaciones estresantes de competición, entrenamiento y lesiones para mejorar el rendimiento y optimizar los resultados de los atletas.

FECHA: 25/09/2022
HORA DE LA ACTIVIDAD: 11 h
LUGAR: Polideportivo Santo Domingo de Alcorcón
RETRANSMISIÓN ONLINE: Plataforma Microsoft Teams

La jornada está abierta a todos los atletas y entrenadores de todas las especialidades con licencia FAM.

La asistencia presencial es libre.

Para poder asistir a la conferencia online será **necesario enviar un email solicitando la participación** a jjgarrido@atletismomadrid.com hasta el miércoles 21 de septiembre de 2022. El jueves 22 se enviará el enlace para la reunión Teams al email indicado por los asistentes en su solicitud.

ATLETAS CONVOCADOS:

APELLIDOS, NOMBRE	CLUB	ENTRENADOR
ÁLVAREZ NOGAR, MARÍA BELÉN	AT. ALCORCÓN	JOSÉ MANUEL JIMÉNEZ MARTÍN
BONDJALE HINESTROSA, PAULA	AT. LEGANÉS	EDUARDO CALLEJA HERNÁNDEZ
CAGIGOS FUSTER, BRUNO	EAT. MAJADAHONDA	JORGE GRAS TIRADO
IZUZQUIZA CORULLA, SOFÍA	CRONOS VILLAVICIOSA	ROBERTO CORTÉS ABAD
PALANCAR GONZALEZ, ISABEL	AT. MORALZARZAL	MONTSERRAT FERNÁNDEZ MULLERAS
SALCEDO MARTÍN, MARCOS	AJALKALÁ	LUCÍA BARONA FERNÁNDEZ
TELLENE, INÉS ALAIS	SUANZES SAN BLAS	MIGUEL LÁZARO LÓPEZ-VILLASEÑOR

FDO.- SANTIAGO DIEZ RODRIGUEZ
Director Técnico

Vº. Bº. ISIDRO ARRANZ JUANILLA
Presidente