



Data: 14.03.2012

Circular judo núm.: 19

ENTRENAMENT DE JUDO COMPETICIÓ **I XERRADA DE NUTRICIÓ** **INEFC** **Dissabte 31 de Març de 2012**

Benvolguts presidents/es, directors/es i entrenadors/es de club,

Convoquem als/les esportistes federats a participar en els següents entrenaments i a la "Xerrada de Nutrició" per tal de conèixer aquest aspecte tant important de la preparació personal i esportiva.

CATEGORÍA INFANTIL (1998 i 1999)

Entrenament: 9 a 10,30h
Xerrada nutrició: 11 a 11,30h en Aula 1

CATEGORÍA CADET (1996 i 1997)

Entrenament: 10,45 a 12, 15h
Xerrada nutrició: 10 a 10,30h en Aula 1

NOTA: En les categories Infantil i Cadet és obligatori per a tots els judoques la assistència a la Xerrada de Nutrició i l'entrenament federatiu.

CATEGORÍES JUNIOR / S-23 i SENIOR

Entrenament: 12,30 a 14h

LLOC DE L'ENTRENAMENT: SALA DE JUDO INEFC BARCELONA
Av. de l'Estadi s/n
08038 Barcelona

Els entrenadors, pares i/o acompanyants romandran fóra de la Sala de Judo

TOTS ELS ESPORTISTES HAURAN DE TENIR ACTUALITZADA LA LLICÈNCIA FEDERATIVA DE LA TEMPORADA 2011-2012

Jordi García
Director Esportiu

Fermín Parra
V.i P. President