

VºBº:



TEXTO:

Para debido coñecemento e difusión de tódolos interesados, envíase información referente a:



Adestramento internacional coas seleccións de Judo de Portugal e Brasil

Estadio Universitario de Coimbra – Pavillón 1

Santa Clara 3040 – 256 Coimbra

Coimbra - Portugal

A Federación Galega de Judo continúa co seu labor de apoio e axuda aos nosos judokas e clubs e grazas ao acordo de colaboración coa Federación portuguesa facilita a posibilidade de adestrar durante o mes de agosto en Coimbra cos equipos de Portugal e Brasil.

Os deportistas de elite que solicitaron esta posibilidade e que relaciónanse a continuación, deberán facerse unha proba Test Covid 19 á súa chegada a Coimbra que será realizada polo laboratorio da Universidade de Coimbra. No caso de dar negativo uniranse aos adestramentos ao día seguinte da realización do mesmo.

Todo elo de acordo as seguintes condicións de participación:

DEPORTISTAS:	MARÍA BERNABÉU AVOMO	-70KG	Do 3 ao 23 de agosto.
	DIANA BRENES FALLAS	-78KG	Do 3 ao 23 de agosto.
	ALBERTO GAITERO MARTÍN	-66KG	Do 3 ao 16 de agosto.
	SERGIO TRILLO VALEIRO	-100KG	Do 17 ao 29 de agosto.
	ESTRELLA LÓPEZ SHERIFF	-52KG	Do 24 ao 29 de agosto.

ALOXAMENTO: **BEST WESTERN HOTEL D. LUÍS –**
Rotunda Da Ponte Santa, 3040-091 Coimbra Portugal / Tif. +351 239 802 120.



- HORARIOS ADESTRAMENTOS -

1º DÍA AO CHEGAR - TESTE COVID-19 (zaragatoa / proba de hisopo) REPETIDO CADA 14 DIAS

LUNS DÍA 3 AGOSTO:	MAÑA	10:00	ADESTRAMENTO (randori)
	TARDE	17:00	ADESTRAMENTO (tecnico / fisico ximnasio / randori)
MARTES DÍA 4 AGOSTO:	MAÑA	10:00	ADESTRAMENTO (randori)
	TARDE	17:00	ADESTRAMENTO (tecnico / fisico ximnasio / randori)
MÉRCORES DÍA 5 AGOSTO:	MAÑA	11:00	ADESTRAMENTO (randori)
	TARDE	17:00	ADESTRAMENTO (tecnico / fisico ximnasio / randori)
XOVES DÍA 6 AGOSTO:	MAÑA	10:00	ADESTRAMENTO (randori)
	TARDE	17:00	ADESTRAMENTO (tecnico / fisico ximnasio / randori)
VENRES DÍA 7 AGOSTO:	MAÑA	10:00	ADESTRAMENTO (randori)
	TARDE	17:00	ADESTRAMENTO (tecnico / fisico ximnasio / randori)
SÁBADO DÍA 8 AGOSTO:	MAÑA	9:30	ADESTRAMENTO (randori)
	TARDE		LIBRE
DOMINGO DÍA 9 AGOSTO:	MAÑA		LIBRE
	TARDE		LIBRE
LUNS DÍA 10 AGOSTO:	MAÑA	10:00	ADESTRAMENTO (randori)
	TARDE	17:00	ADESTRAMENTO (tecnico / fisico ximnasio / randori)
MARTES DÍA 11 AGOSTO:	MAÑA	10:00	ADESTRAMENTO (randori)
	TARDE	17:00	ADESTRAMENTO (tecnico / fisico ximnasio / randori)
MÉRCORES DÍA 12 AGOSTO:	MAÑA	11:00	ADESTRAMENTO (randori)
	TARDE	17:00	ADESTRAMENTO (tecnico / fisico ximnasio / randori)
XOVES DÍA 13 AGOSTO:	MAÑA	10:00	ADESTRAMENTO (randori)
	TARDE	17:00	ADESTRAMENTO (tecnico / fisico ximnasio / randori)
VENRES DÍA 14 AGOSTO:	MAÑA	10:00	ADESTRAMENTO (randori)
	TARDE	17:00	ADESTRAMENTO (tecnico / fisico ximnasio / randori)
SÁBADO DÍA 15 AGOSTO:	MAÑA	9:30	ADESTRAMENTO (randori)
	TARDE		LIBRE
DOMINGO DÍA 16 AGOSTO:	MAÑA		LIBRE
	TARDE		LIBRE
LUNS DÍA 17 AGOSTO:	MAÑA	10:00	ADESTRAMENTO (randori)
	TARDE	17:00	ADESTRAMENTO (tecnico / fisico ximnasio / randori)
MARTES DÍA 18 AGOSTO:	MAÑA	10:00	ADESTRAMENTO (randori)
	TARDE	17:00	ADESTRAMENTO (tecnico / fisico ximnasio / randori)
MÉRCORES DÍA 19 AGOSTO:	MAÑA	11:00	ADESTRAMENTO (randori)
	TARDE	17:00	ADESTRAMENTO (tecnico / fisico ximnasio / randori)
XOVES DÍA 20 AGOSTO:	MAÑA	10:00	ADESTRAMENTO (randori)
	TARDE	17:00	ADESTRAMENTO (tecnico / fisico ximnasio / randori)
VENRES DÍA 21 AGOSTO:	MAÑA	10:00	ADESTRAMENTO (randori)
	TARDE	17:00	ADESTRAMENTO (tecnico / fisico ximnasio / randori)
SÁBADO DÍA 22 AGOSTO:	MAÑA	9:30	ADESTRAMENTO (randori)
	TARDE		LIBRE
DOMINGO DÍA 23 AGOSTO:	MAÑA		LIBRE
	TARDE		LIBRE
LUNS DÍA 24 AGOSTO:	MAÑA	10:00	ADESTRAMENTO (randori)
	TARDE	17:00	ADESTRAMENTO (tecnico / fisico ximnasio / randori)
MARTES DÍA 25 AGOSTO:	MAÑA	10:00	ADESTRAMENTO (randori)
	TARDE	17:00	ADESTRAMENTO (tecnico / fisico ximnasio / randori)
MÉRCORES DÍA 26 AGOSTO:	MAÑA	11:00	ADESTRAMENTO (randori)
	TARDE	17:00	ADESTRAMENTO (tecnico / fisico ximnasio / randori)
XOVES DÍA 27 AGOSTO:	MAÑA	10:00	ADESTRAMENTO (randori)
	TARDE	17:00	ADESTRAMENTO (tecnico / fisico ximnasio / randori)
VENRES DÍA 28 AGOSTO:	MAÑA	10:00	ADESTRAMENTO (randori)
	TARDE	17:00	ADESTRAMENTO (tecnico / fisico ximnasio / randori)
SÁBADO DÍA 29 AGOSTO:	MAÑA	9:30	ADESTRAMENTO (randori)

Os deportistas participantes deberán asinar a folia de coñecer protocolo e declaración xurada de cumprimento do mesmo para poder participar.

A DIRECTORA DEPORTIVA



Asdo. Mónica Pacheco Lomba.