



## ESKOLAKO PRESTAKUNTZA - FORMACIÓN ESCOLAR

4. Jardunaldia / 4ª Jornada Formación Eskolako **IGERIKETA / NATACIÓN** Escolar **Martxoak 27 de Marzo ALEVIN**  
4. Jardunaldia / 4ª Jornada Formación Eskolako **IGERIKETA / NATACIÓN** Escolar **Martxoak 27 de Marzo BENJAMIN**

<b>Goizez / Mañana</b>	1. TALDEA / GRUPO 1 ALEVIN 1º AÑO	2007 masc. + 2009 fem.	10.00 - 11.00	IGERIKETA / NATACIÓN
	2. TALDEA / GRUPO 2 ALEVIN 2º AÑO	2008 masc. + 2010 fem.	11.15 - 12.15	IGERIKETA / NATACIÓN
	3. TALDEA / GRUPO 3 BENJAMIN	2009-2010 masc.+ 2011-2012 fem.	12.30 - 13.30	IGERIKETA / NATACIÓN

4ª Jardunaldia / 4ª Jornada Formación Eskolako **WATERPOLO(A)** Escolar **Martxoak 27 de Marzo ALEVIN + BENJAMIN**  
4ª Jardunaldia / 4ª Jornada Formación Eskolako **IGERIKETA ARTISTIKOA/NATACIÓN ARTÍSTICA** Escolar **Martxoak 27 de Marzo**

**Arratsalde / Tarde** 16.00 - 17.00 WATERPOLO(A) + IG.ARTISTIKOA/NAT. ARTÍSTICA

\* Izen-emateak [f.a.n@alavesanatacion.org](mailto:f.a.n@alavesanatacion.org) helbidean asteartean, **martxoaren 23ko 17:00etan**, baino lehenago.  
Inscripciones en [f.a.n@alavesanatacion.org](mailto:f.a.n@alavesanatacion.org) antes del martes **23 de marzo a las 17:00 horas**.

\* Ordutegiak alda daitezke / Los horarios previstos podrán sufrir modificaciones

**Actividad:** Otros factores a tener en cuenta por los deportistas. La importancia de la nutrición, la elasticidad muscular y los hábitos saludables en la vida del deportista.

**Objetivo:** Transmitir a los deportistas la importancia de las acciones que complementan su actividad deportiva.

**Dirigido a:** Deportistas con Licencia en Edad Escolar

**Desarrollo:** En sala, con videos, power point, y explicaciones adaptadas a su edad. Potenciamos el conocimiento de los deportistas, dotándoles de las herramientas necesarias para alcanzar su máximo rendimiento deportivo. En grupos reducidos y adaptados a la normativa de ocupación de sala.

**Formadora:** Nere Bilbao, graduada en Nutrición Humana y Dietética

=====  
**Protocolo COVID** (apartado 3.2 Actividades de enseñanza o de otra tipología directamente organizadas por la AIE/FAN)

**Anexo IV Aceptación FAMILIAS** Klubean emateko (behin besterik ez) / A entregar en el club (una única vez)

**ARABAKO IGERIKETA ELKARTEA / FEDERACIÓN ALAVESA DE NATACIÓN**

**OSASUN ARDURADUNA - RESPONSABLE DE SALUD**

**AIE/FAN:** Susana Zárte 639 32 99 77

**[f.a.n@alavesanatacion.org](mailto:f.a.n@alavesanatacion.org)**