



PROGRAMA DE TECNIFICACIÓN FIAT

LANZAMIENTO DE MARTILLO

La Federación Insular de Atletismo de Tenerife organiza a principios de diciembre unas jornadas de tecnificación en el área de lanzamiento de martillo a fin de aumentar la formación y el perfeccionamiento de la técnica de lanzamiento de esta modalidad.

Las jornadas serán dirigidas y llevadas a cabo por **Paulo Reis**, entrenador de atletismo con una amplia trayectoria en el lanzamiento de martillo. Es licenciado en educación física, técnico nacional de lanzamientos desde 2007 en Portugal, y ha ostentado cargos de responsable técnico de lanzamientos en la selección portuguesa en varios Juegos Olímpicos, Campeonatos Europeos y Mundiales.

Por ello, se organizan con la dirección de Paulo Reis los próximos días viernes 3 y sábado 4 de diciembre acciones formativas dirigidas a entrenadores y atletas sub 16 y sub 18, además de estar abierto a sub14 y sub20, los cuales por petición se valorará su participación en función del cupo de asistencia. Estas actividades contarán con el siguiente programa:

Viernes 3 de diciembre. 18:00h. La Manzanilla.

Charla técnica de lanzamientos en el aula II de la manzanilla, para entrenadores y monitores. Hora de comienzo a las 18:00h.

Sábado 4 de diciembre. 10:00h. CIAT.

Entrenamiento técnico para atletas y entrenadores en la jaula de lanzamientos del Centro Insular de Atletismo de Tenerife. Horario de 10:00h a 13:00h

Las inscripciones deberán formalizarse mediante el siguiente formulario:
<https://forms.gle/Qoe7QWq1ogioe3Az6>

TECNIFICACIÓN EN LANZAMIENTO DE MARTILLO

Con la dirección de Paulo Reis

Viernes 3/12. Charla Técnica. 18:00h
Sábado 4/12. Entrenamiento técnico. 10:00h

Inscripciones: www.atletismotenerife.es

