

CEAR

Remo y Piragüismo

La Cartuja de Sevilla

¡Instalaciones
para entrenar,
competir
y disfrutar!

Stage de Remo

Del 10 al 16 de Julio de 2017

Inscripciones hasta el 2 de julio de 2017

¡Comparte entrenamientos con la
Selección Española de Remo!

www.andaluciaesdeporte.org

CENTRO ESPECIALIZADO DE ALTO RENDIMIENTO
DE REMO Y PIRAGÜISMO LA CARTUJA
Glorieta Beatriz Manchón, Isla de la Cartuja, s/n.
41092 - Sevilla
Teléfonos: 670 945 092 – 600 140 713
cmolina@andalucia.org - www.cearesdeporte.com
f CEAR DE Remo y Piragüismo

Andalucía



STAGE DE UNA SEMANA EN EL CEAR LA CARTUJA

El objetivo del campus es la mejora de la técnica de remo para sentar una buena base que les permita desarrollarse como excelentes remeros. Grupos de entre 8 y 20 deportistas.

REQUISITOS

- Edad: 13 a 15 años (categorías infantiles y cadetes).
- Experiencia: estar Federado actualmente y haber participado en alguna competición en esta temporada y/o anteriores.
- Motivación para convertirse en un buen remero/a.
- Saber nadar.

FECHAS	ACTIVIDAD
Lunes 10 de Julio	Llegadas a lo largo del día. Preparación de los barcos y reunión inicial
De martes 11 a sábado 15 de Julio	Entrenamientos y demás actividades
Domingo 16 de Julio	Entrenamiento y salidas

CONTENIDOS TÉCNICOS

- Dos sesiones diarias de entrenamiento técnico en barcos de alta competición CEAR (Skiff, doble scull, cuatro scull).
- Todos los entrenamientos en agua serán dirigidos por el entrenador desde un catamarán.
- Sesiones técnicas en tierra (explicaciones técnicas, vídeos, remoergómetro, etc.)
- Dirigido por Carlos Molina, Director Técnico del CEAR, Entrenador Nacional de Remo, Máster en Alto Rendimiento Deportivo, con una dilatada experiencia en el entrenamiento de remeros jóvenes.

PRECIO Y ELEMENTOS QUE COMPRENDE

CAMPUS COMPLETO: 285,00

Incluye:

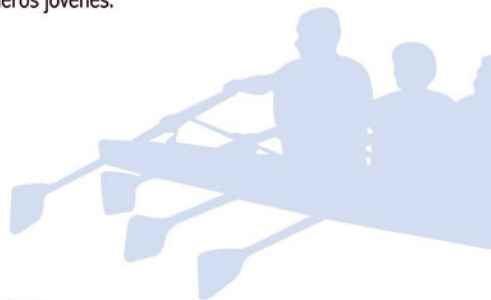
- Traslados desde aeropuerto/estación al CEAR y viceversa.
- Actividades complementarias.
- Seguro de accidentes.

En todo momento habrá un monitor a cargo de los integrantes del grupo.

Pago mediante transferencia bancaria a **La Caixa: ES10-2100-9166-7722-0002-1154**

El alojamiento y comidas será en la Residencia de Deportistas, por un total de 200,00 euros**

** Pendiente de confirmación definitiva, el importe será facturado y deberá ser pagado directamente a la Residencia de Deportistas.



INSCRIPCIÓN

El plazo de inscripción finaliza el 2 de julio de 2017

Enviar email a cmolina@andalucia.org junto con los siguientes datos: Nombre, teléfono y correo electrónico del alumno/a y del tutor; fecha de nacimiento, estatura, peso y experiencia en remo del alumno/a (fecha de inicio, principales competiciones, etc.), declaración firmada por el tutor de que el alumno/a saber nadar.