

HORARIO 10ª PRESENCIAL

24 de febrero de 2023

24/02/2023	Lugar: Campo de fútbol RFFM Ernesto Cotorruelo Vía Lusitana s/n Madrid
HORA	ACTIVIDAD
10.00– 14.00	AREA II CONDICIONAL : “METODOLOGÍA DEL ENTRENAMIENTO DE LA RESISTENCIA Y VELOCIDAD EN FÚTBOL” Sesión práctica CURSO 2023 PROFESOR: JOSÉ LUIS ARJOL Lugar Campo de Fútbol RFFM
14.00-15,30	RESTAURANTE ANJOR
15.30 – 19.30	ORGANIZAN: Universidad de Castilla-La Mancha Asociación de Preparadores Físicos 15,30-17.00: “MÁQUINAS ISOINERCIALES EN EL FÚTBOL” Sesión práctica 17.00-19.30: “METODOLOGÍA DEL ENTRENAMIENTO DE FUERZA EN FÚTBOL” PROFESORES: RAMÓN LAGO EDUARDO DOMÍNGUEZ Lugar Campo de Fútbol RFFM

Las sesiones de los profesores J.L. Arjol y Ramón Lago serán prácticas en el campo con lo que se recomienda asistir con ropa deportiva

APF

