



El sector de migfons i fons del Comitè Tècnic de la Federació Catalana d'Atletisme organitza una concentració de cros el dissabte dia 7 de desembre, a la que es convoca a atletes i entrenadors.

Les dades de la concentració són:

Dia: Dissabte 7 de desembre de 2019
Lloc: Circuit permanent de cros a Mataró
Adreça: Camí dels Contrabandistes, 08304 Mataró, Barcelona
Horari: de 10 a 12.30h

Programa:

1. Rebuda a atletes i entrenadors
2. Escalfament
3. Sessió tècnica
4. Propostes de sessió d'entrenament com a part principal
5. Xerrada d'entrenadors
6. Comiat

Confirmació assistència:

Límit dijous 5 desembre a les 12.00 h. david@fcatalisme.cat. **NO S'ACCEPTARAN CONFIRMACIONS FORA DE TERMINI**

Atletes, entrenadors i categories convocades :

- Tots els atletes del sector de migfons i fons
- Tots els entrenadors del sector de migfons i fons
- Altres entrenadors que tinguin interès en assistir
- Categories: sub14-16-18-20-23 masculines i femenines