



## OLYMPIC TRAINING CENTER (ENTRENAMIENTO OLIMPICO) 2015

<b>Fechas</b>	<b>2-7 de Noviembre 2015</b>
<b>Pabellón</b>	PABELLON Ciudad Jardín Plaza J.F.KENEDY (Ciudad Jardín) MALAGA
<b>Programa</b>	Comienzo de los Entrenamientos: Día 3 de Noviembre Horarios: <ul style="list-style-type: none"><li>• Mañanas: 10.00.-12.00 horas.</li><li>• Tardes: : 17.30-19.30 horas.</li></ul> <p>Ultimo entrenamiento Día 6 de Noviembre de 10.00 a 12.00 horas.</p>
<b>Organizador</b>	Real Federación Española de Judo <a href="http://www.rfejudo.com">http://www.rfejudo.com</a> C/ Ferraz, 16 – 7º izq. 28008 Madrid TIº - <b>+34 915594876/+34676794789</b> FAX <b>0034915476139</b> <b><a href="mailto:carmen.calvo@rfejudo.com">carmen.calvo@rfejudo.com</a> / <a href="mailto:info@rfejudo.com">info@rfejudo.com</a>; <a href="mailto:saraguate@rfejudo.com">saraguate@rfejudo.com</a></b>
<b>Musculación</b>	Sala de Musculación del Palacio de Deportes "Martin Carpena" Todos los días de 10.00 -12.00 horas.
<b>Acomodación</b>	Hotel Marconfort Beach Club Torremolinos Calle Pontinental s/n. 29620 Torremolinos



# REAL FEDERACION ESPAÑOLA DE JUDO YD.A.



<b>Acreditación</b>	Día 1 de Noviembre de 10.00 a 18.00 horas
<b>Precios y condiciones de pago</b>  <b>Cuota de participación NO ALOJADOS</b>	<p>Los costes de viaje y acomodación serán a cargo de los participantes.</p> <p>El pago para la acomodación deberá hacerse por transferencia bancaria (o en efectivo a la llegada, siempre que se solicite previamente)</p> <p><b>Precios por persona y día:</b> En habitación doble con pensión completa* <b>60.00 Euros</b> En habitación individual con pensión completa* <b>100,00 Euros</b></p> <p>*La pensión completa empieza en la cena el día de la llegada(1 de Noviembre) y hasta el desayuno del día de salida (7 Noviembre). <b>La reserva de hotel se hará exclusivamente a través de la Real Federación Española de Judo. <a href="mailto:saraquete@fejudo.com">saraquete@fejudo.com</a></b></p> <p><b>El Pago se realizará por transferencia a la Federación o en el lugar de celebración de la actividad.</b></p> <p><b><u>Para aquellos que no vayan a alojarse en el hotel oficial, la cuota de participación en el Stage es de 100 Euros que deberán abonarse durante el STAGE.</u></b></p>
<b>Inscripciones</b>	<p>Las inscripciones y reservas de alojamiento se enviarán directamente a la Real Federación española de Judo y D.A: / <a href="mailto:info@fejudo.com">info@fejudo.com</a>; <a href="mailto:saraquete@fejudo.com">saraquete@fejudo.com</a></p> <p>Todos los participantes deberán tener licencia y tener la autorización de su Federación Autonómica.</p> <p><b>La fecha límite de inscripción es el 24 de octubre.</b></p>
<b>Transferencia por Banco</b>	<p><b>BARCLAYS BANK</b> Princesa,81 -28008 Madrid Nº Cuenta: ES04 0065 1260 0900 0100 8499 Código Swift : BARCESSMM</p>

## EJU ENTRENAMIENTO OLIMPICO “GOING FOR GOLD”

- En todas las sesiones de Entrenamiento y antes del Randori, se incluirá 10 MINUTOS DE Calentamiento y 10 minutos de Uchi-komi.

	2 Noviembre Lunes	3 Noviembre Martes	4 noviembre Miercoles	5 Noviembre Jueves	6 Noviembre Viernes	7 Noviembre Sábado
10.00-12.00	Judo Training	Judo Training	Judo Training	Judo Training	Judo Training	DEPARTURE
17.30-19.30	Judo Training	Judo Training	Individual Training Session	Judo Training	Judo Training	



Juan Carlos Barcos Nagore