

Programas Mujer y Deporte FEP.

Actividad: Jornada Madre e Hija

Fecha: 28 de octubre de 2023

Horario: de 15h a 20:15 h.

Lugar: Club de Pádel Illescas, Toledo

Directora de la actividad: Neki Berwig

Inscripción gratuita limitada a 24 parejas en www.padelfederacion.es.

Dos categorías:

- a) Madre-hija nacida en 2010-2009-2008
- b) Madre-hija nacida en 2007-2006-2005

Tendrá prioridad en la inscripción aquellas parejas que una o las dos integrantes tengan licencia federativa de pádel. Si quedasen plazas vacantes, se completarán con el resto de parejas por orden de inscripción. Las participantes deberán llevar ropa deportiva y pala de juego.

Programa:

- 15:00h Bienvenida
- 15:15h Relaciones seguras: madre/hija. Deporte en la adolescencia, el circuito de menores y el abandono deportivo. *Impartido por María del Carmen González Bravo. Lic. en Psicología Clínica, Master en Psicología de la Actividad Física y del Deporte. Acreditación Profesional de Psicología Experta en Deporte por el Consejo Superior de Psicólogos de España. Experiencia en el trabajo con jugadores del circuito profesional.*
- 16:15h Nociones básicas de defensa personal. *Impartido por Susana Beltrán Pérez. Entrenadora regional de kárate.*

Pausa café

El trabajo en pista estará coordinado por Neki Berwig con la ayuda de Marta Talaván y el apoyo de las técnicas locales: Tamara del Pino Calero e Inés García Gozalvez.

- 16:45h Trabajo en pista (4 Técnicas)
 - Pista 1: Trabajo en defensa con transiciones en pareja, ejercicios en conjunto.
 - Pista 2: Trabajo en ataque con ejercicios en pareja
 - Pista 3: Juego aéreo y el globo
 - Pista 4: partidos con concepto táctico de ataque y defensa. Zona de la pista donde hay que jugar, posiciones y comunicación.
- 20:15 Despedida (horario posible)

En colaboración con:

- FEDERACIÓN
- PÁDEL
- CASTILLA
- LA MANCHA

