

## CRONOGRAMA

Septiembre	30	Hipopresivos.	Joana de la Cruz	Técnicos
Octubre	09	Control de las cargas de Entrenamiento	Felipe Sánchez	Técnicos
	10			
Noviembre	11	Comunicación bimodal	Ana Vizoso	Técnicos
	12	Zumba	Sheila Colmenero	Técnicos
	14	Claves para la protección y prevención de violencia contra la infancia en el deporte	José I. Alonso	Técnicos
Diciembre	1	Aspectos nutricionales a tener en cuenta para personas que realicen actividad física regular	Irati Gurucharri Arizaga	Socios
	1	Claves para la protección y prevención de violencia contra la infancia en el deporte	José I. Alonso	Técnicos
	2			
	2	Comunicación estratégica para técnicos deportivos	Eva Martín	Técnicos
	15	Aspectos nutricionales a tener en cuenta en la actividad diaria de un deportista del Club. Confección de menús semanales en casa con deportistas.	Irati Gurucharri Arizaga	Familias deportistas
	16	Pilates	Isabel Izquierdo	Técnicos
	18	Estrategias para la mejora de la atención en todos los perfiles de usuarios	Ana Vizoso	Técnicos
	28			
Enero	10	<b>Confección de menús en desplazamientos deportivos</b>	Irati Gurucharri Arizaga	Técnicos
	11			
	12	Entrenamiento de la fuerza y nutrición	Irati Gurucharri Arizaga	Socios
	16 19	Prevención de lesiones en el entrenamiento con jóvenes.	Ricardo Romano y Borja Prado.	Técnicos
Febrero	4	Ciclo Indoor	Cesar Grande	Técnicos
	16	Nutrición. Que tener en cuenta antes y después de una competición	Irati Gurucharri Arizaga	Familias deportistas
	20	Entrenamiento de la Destreza Motora y la Reactividad Mediante el Entrenamiento en Variabilidad e Interferencia Contextual.	Gonzalo de Castro, Mónica Vázquez y Ángel Solís.	Técnicos
	23			Técnicos
Marzo	15	Suplementación deportiva	Irati Gurucharri Arizaga	Socios
	17	Yoga	Natalia Perancho	Técnicos
	19	Técnica de levantamiento. Entrenamiento de fuerza.	Juan Buznego.	Técnicos
	21			Técnicos
Abril	21	Pilates Springboard.	María Jaimez	Técnicos
	24	Movilidad y estabilidad articular en la manifestación de la flexibilidad dinámica	Guadalupe García	Técnicos
	25			Técnicos
Mayo	26	TRX	Felipe Trancho	Técnicos
Mayo	28 31	Mujer y Entrenamiento	David Suárez	Técnicos
Junio	4	Confección de menús en desplazamientos deportivos	Irati Gurucharri Arizaga	Técnicos
	5			