



## OLYMPIC TRAINING CENTER (ENTRENAMIENTO OLIMPICO) 2013

<b>Fechas</b>	<b>3-8 de Noviembre 2013</b>
<b>Pabellón</b>	PABELLON Ciudad Jardin Plaza J.F.KENEDY (Ciudad Jardin) MALAGA
<b>Programa</b>	Comienzo de los Entrenamientos: Día 4 de Noviembre Horarios: <ul style="list-style-type: none"><li>• Mañanas: 10.30.-12.30 horas.</li><li>• Tardes: : 17.00-19.00 horas.</li></ul> Ultimo entrenamiento Día 8 de Noviembre de 10.30 a 12.30 horas.
<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>CARMEN CALVO/ <a href="mailto:info@rfejudo.com">info@rfejudo.com</a>; <a href="mailto:saraguete@rfejudo.com">saraguete@rfejudo.com</a></b>
<b>Musculación</b>	Sala de Musculación del Palacio de Deportes "Martin Carpena" Todos los días de 10.30 -13.00 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 3 de Noviembre de 10.00 a 13.00 horas y de 16.00 a 20.00 horas.
<b>Precios y condiciones de pago</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>55.00 Euros</b> En habitación individual con pensión completa* <b>95,00 Euros</b></p> <p>*La pensión completa empieza en la cena el día de la llegada y dura hasta el desayuno del día de salida. <b>La reserva de hotel se hará exclusivamente a través de la Real Federación Española de Judo. <a href="mailto:saraquete@rfejudo.com">saraquete@rfejudo.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>
<b>Cuota de participación NO ALOJADOS</b>	<p><b><u>Para aquellos que no vayan a alojarse en el hotel oficial, la cuota de participación en el Stage es de 150 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@rfejudo.com">info@rfejudo.com</a>; <a href="mailto:saraquete@rfejudo.com">saraquete@rfejudo.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 25 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.

	3 Noviembre Domingo	4 Noviembre Lunes	5 noviembre Martes	6 Noviembre Miercoles	7 Noviembre Jueves	8 noviembre Viernes
<b>10.30-12.30</b>	Llegada	Randori	Randori	Randori	Randori	Team Training
<b>17.00-19.00</b>	Llegada	Randori	Randori	Team Training	Randori	Dispersión



Juan Carlos Barcos Nagore  
Presidente de la Real Federacion Española de Judo

