



CLUB MARATON BADAJOZ
XXV ANIVERSARIO. 1989 - 2014



Os informamos de las actividades que el Club Maratón Badajoz tiene previsto llevar a cabo en las próximas semanas, esperando que sean de vuestro interés y contar con vuestra participación en las mismas.

16 DE FEBRERO

"JORNADA SOBRE NUTRICIÓN DEPORTIVA ENFOCADA AL MARATÓN"

Hablaremos sobre la nutrición y ayudas ergogénicas útiles en periodos precompetitivos-competitivos y postcompetitivos (qué y cómo comer en la fase de preparación, durante la prueba y los días posteriores al maratón).

A cargo de Gonzalo Correa González,
Médico Especialista en Medicina de la Educación Física y el Deporte
Lugar y hora de celebración: Centro de Formación de CAJA RURAL DE
EXTREMADURA C/ Luis Doncel a las 20:00 horas.

25 DE FEBRERO

"CURSO DE SOPORTE VITAL BÁSICO". Limitado a 20 asistentes. Se expedirá certificado acreditativo.

El objetivo general es promover que quienes practicamos deporte con asiduidad, conozcamos y entrenemos las maniobras de SVB y otras técnicas que pueden salvar vidas, por su condición de potenciales primeros intervinientes en situaciones de emergencias.

A cargo de Grupo de Urgencias y Atención Continuada de la Sociedad Extremeña de Medicina Familiar y Comunitaria (GUAC-SEMFYC).

Lugar y hora de celebración: Centro de Formación de CAJA RURAL DE
EXTREMADURA C/ Luis Doncel a las 19:00 horas

Reserva de plazas: hasta el 15 de febrero, llamando a Chema Mateos (600208687) ó a Juan Manuel Ángel (615271112).

12 DE MARZO

REALIZACIÓN DE FOTO OFICIAL DEL CLUB con la nueva equipación. Antes de la comida de la pasta (más adelante se concretarán el lugar y la hora).

16 DE MARZO

"JORNADAS SOBRE ATLETISMO FEMENINO: Mujeres atletas en nuestra provincia, presente y futuro"

Intervienen:

Marisa Martínez. Atleta olímpica en los JJ.OO de Atlanta 1996 en 5000 m.

Tina María Ramos. Subcampeona mundial y campeona mundial equipo veterana en Marathon

Adela Moro. Socia del Club Maratón Badajoz desde sus inicios.

Rocío Muela Gallardo. Fundación Municipal de Deportes del Ayuntamiento de Badajoz (FMD)

Presenta y modera: Carmen Molina. Vocal de la directiva del Club Maratón Badajoz

Lugar y hora de celebración: Sala de Ámbito Cultural del Corte Inglés, (6ª planta), Plaza de Conquistadores. 20:00 horas.



10 DE ABRIL

COMIDA ANUAL DEL CLUB.

Lugar de celebración: Complejo Alcántara, a mediodía (en fechas próximas se informará de cómo confirmar la asistencia, precio del menú y hora de inicio).

23 Y 24 DE ABRIL

DESPLAZAMIENTO PARA PARTICIPAR EN EL MARATÓN DE MADRID.

Interesados contactar con Jesús Ranz, 676935971.

Aprovechamos para recordaros que está organizado el **viaje al Maratón de Oporto** el 06 de noviembre (interesados contactar con Tino: 629133570); e **invitaros a proponer aquellas otras actividades** que puedan resultar atractivas para los socios.

Un saludo a todos.

LA JUNTA DIRECTIVA