

1R ENTRENAMIENTO TRAIL LOBEZNOS

Descripción: primer entrenamiento de *trailrunning* especialmente pensado para los lobeznos y sus familias. Podrán asistir menores a partir de 5 años, sea cual sea vuestro nivel, podéis venir.

Día: 22 de enero 2017

Hora: A las 11h. Aproximadamente durará 1h30'

Lugar: [Parking Pont del Diable](#) (Tarragona)

Qué haremos: Haremos un entrenamiento de *trail* completo! Calentamiento, juegos para conocernos, fuerza, técnica, series y vuelta a la calma.



Inscripciones: Hay que enviar un e-mail a joanasansosanz@gmail.com con los siguientes datos de TODOS los participantes (infantiles y adultos):

- NOMBRES Y APELLIDOS
- DNI
- FECHA DE NACIMIENTO
- EMAIL

Precio:

- Socios del CETT: 0€ / NO socios: 5€ pack familiar (padres + menores)
- Federado: 0€ / NO Federado 4,5€ por persona.

¿Quién llevará el entreno? Joana Sans (Facebook: Joana OS)

Material: Bambas i ropa de correr (de invierno).



cetrailtarraco.com
Email: cetrailtarraco@gmail.com
facebook: /cetrailtarraco
Twitter: @cetrailtarraco