

## ACTIVITAT DE PROVES COMBINADES AL CAR DE SANT CUGAT

El sector de proves combinades **del Comitè Tècnic de la Federació Catalana d'Atletisme** organitza la següent jornada de seguiment, **el proper dissabte 18 de novembre**, a la qual es convoca les següents atletes i els/les seus/seves entrenadors/es personals (amb llicència de tècnic FCA o RFEA) que se citen a continuació.

### Atletes

CT 678	MARCH LLOBERA, MARIA	10/09/2008	AA Xafatolls
CT 1568	QUERALT MORALES, JANA	18/05/2009	Lleida UA
CT 41	GORGALS SABORIT, MIQUELINA	01/05/2008	CA Vic
CT 195	CASALS RIERA, MARTINA	09/02/2007	CA Puigcerdà
CT 2206	FERRE TORT, AINA	09/05/2009	CA Cambrils
CT 745	GALLACH SOLE, GISEL·LA	25/06/2007	Cornellà At.

### Les dades de l'activitat són:

<b>Dia:</b>	Dissabte, 18 de novembre de 2023
<b>Lloc:</b>	CAR Sant Cugat
<b>Horari:</b>	09.45 – 17.30 hores
<b>Coordinadors jornada:</b>	Equip tècnic del sector de proves combinades de la FCA.

### Programa sessió

- 10.30 h. Rebuda participants
- 10.45-13.00 Sessió tècnica d'alçada
  - Treball de multisalts / Propiocepció a la sorra
- 13.00 Dinar
- 16.00-17.30 Sessió tècnica llançament de javelina
- 17.30 h. Finalització de la jornada

### CONFIRMACIÓ D'ASSISTÈNCIA

Per escrit amb límit dilluns 6 de novembre, a [david@fcatletisme.cat](mailto:david@fcatletisme.cat) **AQUESTA DATA ÉS IMPROORROGABLE.**

### NOTES IMPORTANTS

- Únicament podran accedir a les instal·lacions, els/les entrenadors/es i atletes que hagin confirmat assistència. No poden entrar ni cotxes ni acompanyants al CAR.
- Per a un bon desenvolupament de l'activitat, els/les atletes hauran de portar un artefacte de la seva modalitat i categoria.