

HORARIO CURSO TRIATLÓN Y MUJER 2023		
17 MAYO (MIÉRCOLES 19 a 21h)	18 MAYO (JUEVES 19 a 21h)	20 MAYO (SABADO 9 a 12h)
Entrenamiento específico, planificación y embarazo	Fisiología de la mujer y dolencias más comunes: amenorrea y anemia	Prevención del abuso e igualdad, legislación
24 MAYO (MIÉRCOLES 19 a 21h)	25 MAYO (JUEVES 18 a 21h)	27 MAYO (SABADO 9 a 12h)
Entrenamiento específico, planificación y embarazo	Organización y ayudas oficiales	Psicología de la mujer
31 MAYO (MIÉRCOLES 19 a 21h)	1 JUNIO (JUEVES 18 a 21h)	3 JUNIO (SABADO 9 a 12h)
Fisiología de la mujer y dolencias más comunes: amenorrea y anemia	Aplicación en un grupo de entrenamiento	Prevención de lesiones en deportes de resistencia
7 JUNIO (MIÉRCOLES 19 a 21h)	8 JUNIO (JUEVES 19 a 21h)	10 JUNIO (SABADO 9 a 12h)
Materiales específicos	19-20 Fisiología de la mujer y dolencias más comunes: amenorrea y anemia 20-21 Materiales específicos	Biomecánica de la mujer
14 JUNIO (MIÉRCOLES 19 a 21h)	15 JUNIO (JUEVES 19 a 21h)	
Nutrición y ayudas ergogénicas + Mindfulness	Nutrición y ayudas ergogénicas + Mindfulness	
21 JUNIO (MIÉRCOLES 19 a 21h)	22 JUNIO (JUEVES 19 a 21h)	24 JUNIO (SÁBADO) PRESENCIAL(práctica)
Nutrición y ayudas ergogénicas + Mindfulness	Suelo Pélvico	9 a 10:30 Prevención de lesiones en deportes de resistencia 10:30 a 12:30 Nutrición y ayudas ergogénicas + Mindfulness 12:30 a 14:30 Suelo Pélvico 14:30 a 15:30 DESCANSO COMIDA 15:30 A 17:30 Suelo Pélvico 17:30 a 19:30 Entrenamiento específico, planificación y embarazo

RELACIÓN PROFESORES Y ASIGNATURAS:

ASIGNATURA	HORAS	PROFESOR
Fisiología de la mujer y dolencias más comunes: amenorrea y anemia	5	Jose Luis Neyro
Biomecánica de la mujer	3	Amelia Ferro
Organización y ayudas oficiales	3	Alicia Martín
Entrenamiento específico, planificación y embarazo	6	Alberto García
Suelo Pélvico	6	Sofia Peregrina
Materiales específicos	3	Eduardo Talavera
Prevención de lesiones en deportes de resistencia	4	Juan del Campo
Nutrición y ayudas ergogénicas + Mindfulness	8	Guadalupe Garrido
Prevención del abuso e igualdad, legislación	3	Ana Ballesteros
Aplicación en un grupo de entrenamiento	3	Carolina Domínguez
Psicología de la mujer	3	Manuela Rodriguez