



MONOGRÀFIC: ENTRENAMENT, DISTRIBUCIÓ DE CÀRREGUES EN UN MICROCICLE **COMPETITIU MITJANÇANT GPS**

- **Resum:** La tecnologia en l'actualitat es vital per poder avançar en la millora del entrenament amb els nostres jugadors y equips, es per això que en aquest monogràfic es pretén donar una visió propera d'aquests sistemes als entrenadors i preparadors físics.

- **Objectius:** Conèixer la tecnologia GPS, Saber aplicar les diferents càrregues dins del microcicle d'entrenament.

- **Dades del Ponent:** VIDAL PALOMA

Llicenciat en CAFE, cap d'estudis i professor de l'FCF.

- **Calendari:** 21 de març de 2023, de 18.00h a 21.00h

- **Preu:** 30€ (24€ afiliats al CTE – 20% dte.)

- **Modalitat:** Virtual (Zoom)

- **Idioma:** Català

- **Requisits d'accés:** Majors de 16 anys.