

ITRAINING CAMP

COSTA DEL PACIFICO

jaramijo 18 de noviembre

**Combate
alto
rendimiento
novato y
avanzado**

**categoria:
infantil A
infantil B
cadete
junior
senior**



ECUADOR TV

ORGANIZA



AVALADO POR:



ECUADOR TKD

Administrador de Eventos de Tae Kwon Do

I TRAINING CAMP COSTA DEL PACIFICO 2023

Estimados maestros, por la presente les extiendo una cordial invitación a la primera edición del training camp costa del pacifico 2023, la cual se llevara a cabo el sábado 18 de noviembre del 2023 en el cantón Jaramijó, el cual será dictado y dirigido por el Lcdo. Omar Pérez, en el cual se realizaran diversas actividades dirigidas al alto rendimiento deportivo de cada uno de sus deportistas, a continuación se les mostrara la tabla de contenido:

KYORUGI	las capacidades a impartir tanto físicas generales y especificas serán las siguientes: <ol style="list-style-type: none">1. resistencia a la fuerza2. resistencia a la velocidad3. fuerza rápida4. fuerza explosiva5. potencia con ligas, (contenido general y específico).6. introducción al combate competitivo.
---------	--

En el mismo evento también se dará una actualización de conocimiento de reglamento de competencia, impartida por el Lcdo. Cesar Zarate, árbitro nacional acreditado por la Federación Ecuatoriana de Taekwondo.

Inversión: \$30 americanos

El costo de inversión incluyen almuerzo para los deportistas más refrigerio y diploma por participación.

Expositores:

Lcdo. Omar Pérez

Lcdo. Cesar Zarate

info: 0989983116

Pro. Ángel Arroba

Director y entrenador