

# CAPACITACIÓN ATLÉTICA

## Lanzamiento – Bala y Disco

CON EL APOYO DEL PROGRAMA NACIONAL DE ESCUELAS DE INICIACIÓN DEPORTIVA Y CENTROS DE TECNIFICACIÓN DEPORTIVA de SDN



### TEMARIO:

Contenido de entrenamientos en jóvenes lanzadores (Teóricas)

Iniciación al Lanzamiento conceptos fundamentales.

Como observar y corregir la estructura Técnica.

Ejercicios Metodológicos de L. Bala y L. Disco (Práctica)

**20 y 21 de Mayo Polideportivo Municipal de Maipú, BUENOS**

*Info: camidimartini@hotmail.com - Tel: 02268630462*



**EIDE**  
Escuelas de Iniciación Deportiva

