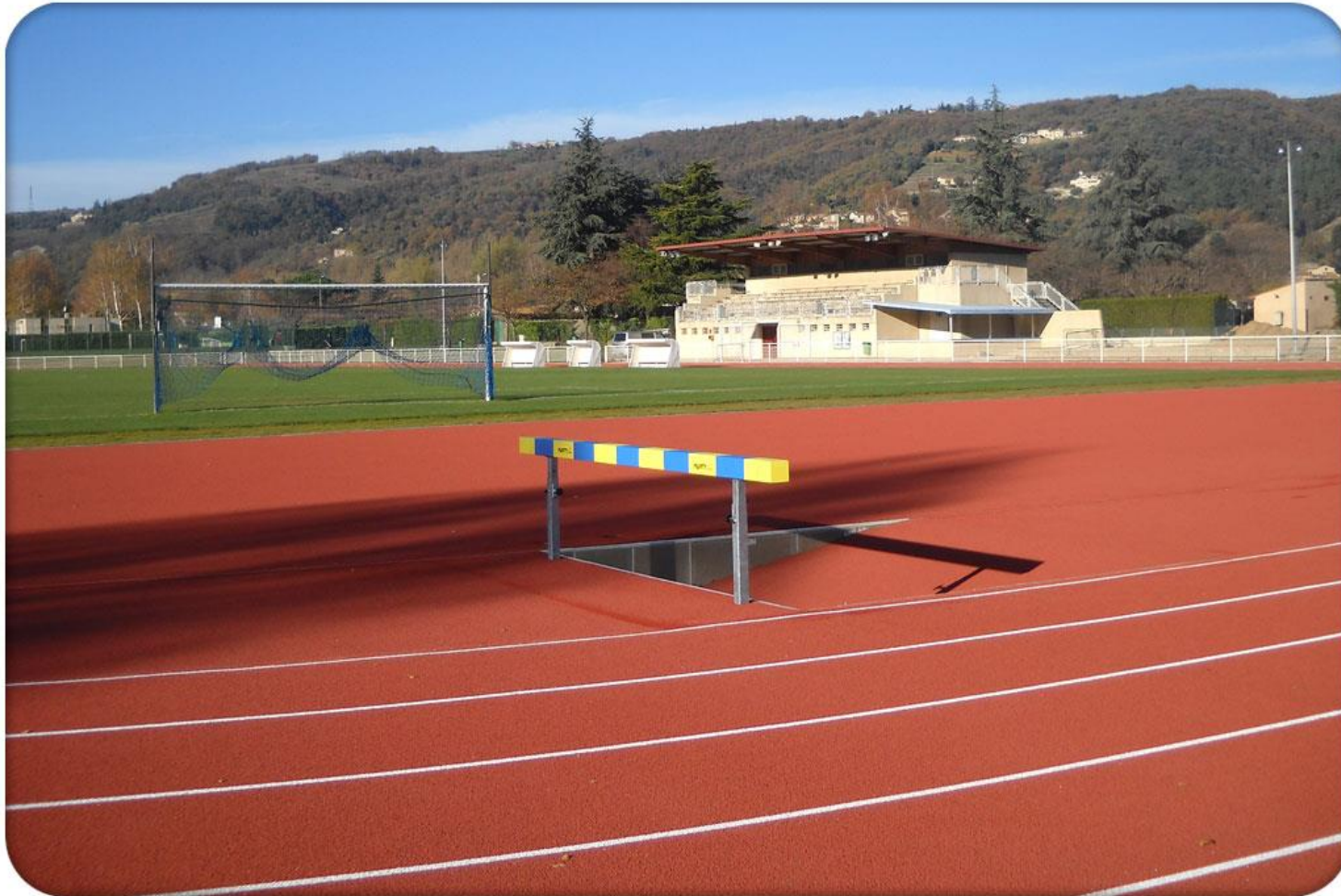


BASE DE ENTRENAMIENTO INTERNACIONAL EN FRANCIA DEL 21 AL 26 DE ABRIL DE 2024



TRAS LA PRIMERA VISITA A GUADALAJARA DE LOS ATLETAS FRANCESES EN 2023...



NOS VAMOS A FRANCIA!
REGIÓN DE **DROME -**
ARDECHE
VENID TODOS!

objetivo

ACTIVIDAD DEPORTIVA QUE OFRECE A NUESTROS JÓVENES ATLETAS LA POSIBILIDAD DE ENTRENAR EN FRANCIA, TRABAJANDO JUNTO A EXCELENTES ENTRENADORES Y A DEPORTISTAS FRANCESES DE SU EDAD EN UNA BASE DE ENTRENAMIENTO INTESIVA, PROMOViendo EL INTERCAMBIO CULTURAL Y CONOCER LA REGIÓN DE DROME ARDECHE.



- Ofrecer a nuestros atletas del C.D. Méliz Sport entrenamientos de disciplinas en las que necesitan mejorar. (salto con pértiga, salto de altura y lanzamientos, lanzamiento de disco, jabalina...),

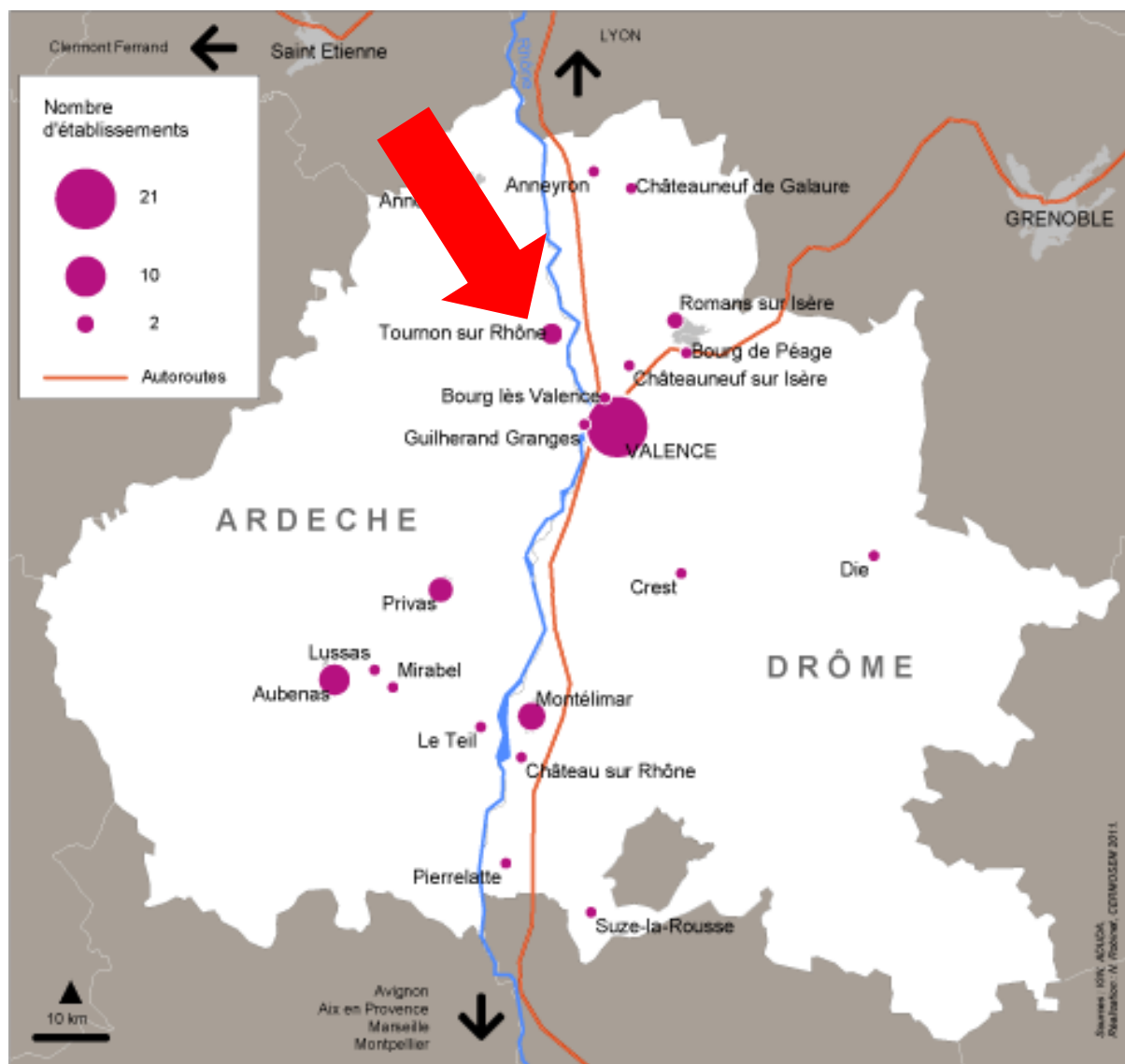


Esta iniciativa tiene vocación de convertirse en un intercambio estable entre el C. D. Méliz Sport y el Comité de Atletismo de Drôme - Ardèche, que cada año lleve a cabo un viaje deportivo cultural para atletas de nuestro club y franceses.

REGION DE DROME ARECHE. LUGAR DE ENTRENAMIENTO.



26-07



Alojamiento



TOURNON SUR RHONE





CAMPING

Alojamiento en cómodas y bonitas
cabañas de madera
con aire acondicionado, calefacción,
baño, aseo, terraza.



programa

BASE DE ENTRENAMIENTO (CADA - DÉPORTIVO MÉLIZ SPORT) - del 21 al 26 de abril de 2024
en el estadio Kévin Mayer de TOURNON

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES
<u>10h - 12h</u> Encuentro y presentación entre españoles y franceses en torno a los fundamentos del atletismo	<u>10h - 12h</u> PERTIGA (Nicolas Sahuc) JABALINA (Amélie Boyer) MARTILLO (Javier Mélis) TRIPLE SALTO (Luiz Felipe Méliz) ALTURA (Javier Sotomayor) VALLAS (Aliuska Pedroso)	<u>10h - 12h</u> PERTIGA (Nicolas Sahuc) DISCO (Jean-Michel Llanas) JABALINA (Amélie Boyer) VALLAS (Aliuska Pedroso) SALTO LARGO (Luiz Felipe Méliz) ALTURA (Javier Sotomayor)	<u>10h - 12h</u> PERTIGA (Nicolas Sahuc) MARTILLO (Javier Mélis) VALLAS (Aliuska Pedroso) SALTO LARGO (Luiz Felipe Méliz) ALTURA (Javier Sotomayor)
<u>14h - 16h</u> PERTIGA (Nicolas Sahuc) DISCO (Jean-Michel Llanas) MARTILLO (Javier Mélis) VALLAS (Aliuska Pedroso) SALTO LARGO (Luiz Felipe Méliz) ALTURA (Javier Sotomayor)	<u>13h30 à 15h</u> Momento de intercambio entre las escuelas de atletismo, entrenadores y la prensa <u>15h30 - 17h30</u> Masterclass con Javier Sotomayor sobre el salto de altura Cena y aperitivo con los entrenadores ofrecida por el Comité de atletismo de DRÔME - ARDECHE	<u>14h - 16h</u> PERTIGA (Nicolas Sahuc) MARTILLO (Javier Mélis) VALLAS (Aliuska Pedroso) TRIPLE SALTO (Luiz Felipe Méliz) ALTURA (Javier Sotomayor)	<u>14h - 16h</u> MARTILLO (Javier Mélis) JABALINA (Amélie Boyer) VALLAS (Aliuska Pedroso) TRIPLE SALTO (Luiz Felipe Méliz) ALTURA (Javier Sotomayor)





ACTIVIDADES

El trenecito de los viñedos



Un bonito recorrido por nuestros viñedos para descubrir este hermoso paisaje a bordo del trenecito de los viñedos.

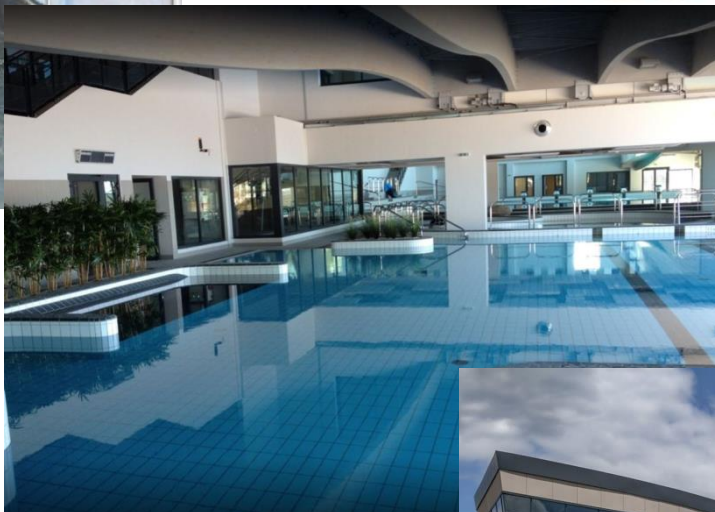
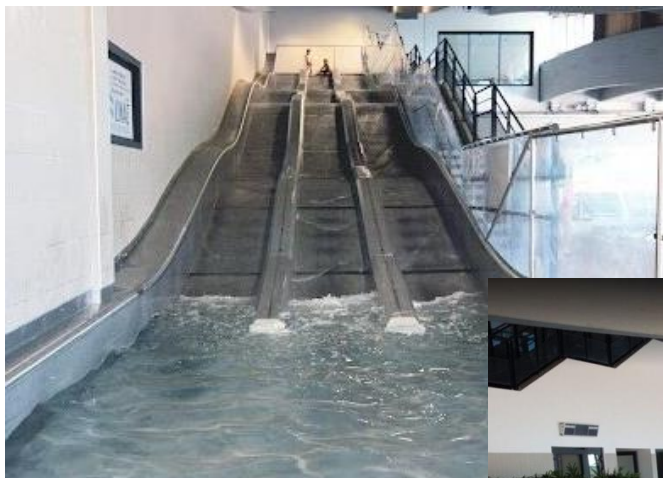


Programa:

- A bordo del trenecito de los viñedos descubriremos los paisajes y la historia de la región en la que nos encontramos. -
- Degustacion de productos típicos locales.



pasaremos una tarde en la Piscina!



Un momento para relajarse y disfrutar del centro acuático con la moderna piscina local y su tobogán.

Disfrutaremos de una tarde de ocio y juegos en:

- Piscina Deportiva de 25m
- Piscina de juegos con bañera de hidromasaje y chorros de agua.
- Toboganes



Viaje cultural por las ciudades más interesantes del entorno



Destinaremos un tiempo a conocer las dos ciudades más importantes de la zona Tournon sur Rhône y Tain L'Hermitage.



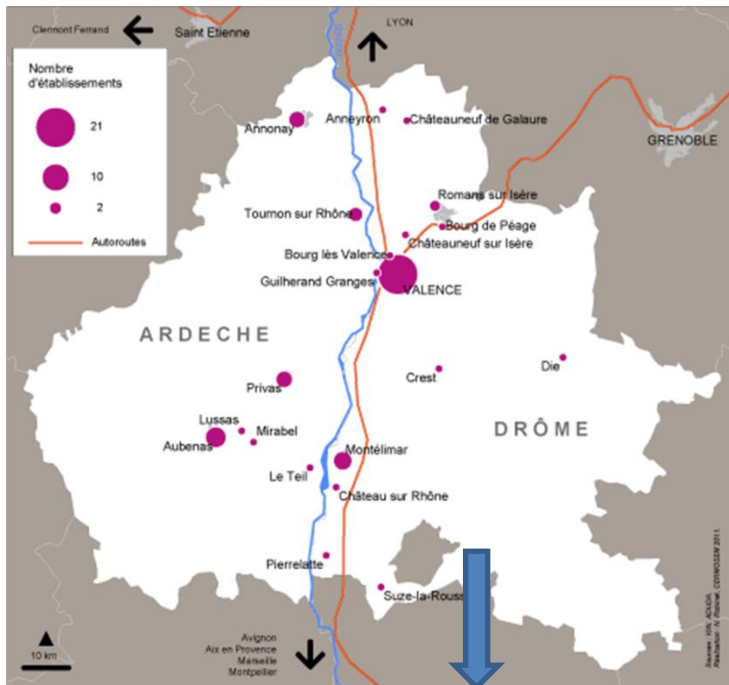
Programa:

- Paseo por la riberia del río Rhône
- Descubrimiento de especialidades culinarias locales.



La Region de DRÔME provenzal

Recorreremos el sur de la región, las puertas de La Provenza y sus productos más típicos y paisajes más pintorescos.



Olivas
negras de
Nyons



Miel de
lavanda



Trufa negra



FECHA DE LA ACTIVIDAD: DEL 21 AL 26 DE ABRIL DE 2024

**CINCO ENTRENADORES Y PERSONAL DE APOYO ESPAÑOLES SE DESPLAZARÁN JUNTO A LOS DEPORTISTAS
TODOS LOS ATLETAS DEBEN TRAMITARSE LA TARJETA SANITARIA EUROPEA EN LA SEGURIDAD SOCIAL ANTES
DEL VIAJE Y TENER EL DNI VIGENTE.**

A AQUELLOS DEPORTISTAS QUE SE INSCRIBAN ANTES DEL 22 DE MARZO SE LES DESCONTARÁN 25 EUROS

INGRESOS EN LA SIGUIENTE CC: ES460128 0295 740100045744

PLAZO DE INSCRIPCIÓN: HASTA EL 10 DE ABRIL DE 2024[illegible]