



Corre con Nosotras 2024

Programa sábado 23 de noviembre de 2024

9:00-09:45	Recogida de dorsales
10:00	Salida carreras "Hadas Madrinas y Desafío Mujer"
10:10	Salida "Mi primera Carrera por Montaña"
13:00	Cierre de meta
13:15	Entrega de premios
14:00	Comida de convivencia
16:00 - 17:00	Taller 1. <i>Nutrición deportiva aplicada a la práctica de las carreras por montaña.</i> Ponente: Dra. Cristina Jordán
17:00-17:30	Taller 2. <i>Footwork y su aplicación en corredoras.</i> Ponente: Adela Marín Marqués (Movere Pilates and Training)
17:30-18:00	Trail en femenino: mujeres que inspiran. Ponente: Enma Domínguez Martín

 Espacio para la Creación Joven- C/ de la Juventud, 2. Cáceres



FEXME
FEDERACIÓN EXTREMEÑA
DE MONTAÑA Y ESCALADA