

**CURS D'INICIACIÓ A L'ATLETISME**  
**Complex Esportiu Marbella, del 01/09/2011 fins 08/09/2011**

	Dijous 01/09/2011	Divendres 02/09/2011	Dissabte 03/09/2011	Dilluns 05/09/2011	Dimarts 06/09/2011	Dimecres 07/09/2011	Dijous 08/09/2011
9,00-10,00	Presentació i Generalitats	Reglament	Salts	Mig fons Fons	Biologia	Llançaments	Ciències Comportame
10,00-11,00	Generalitats Atletisme	Reglament	Salts	Mig Fons Fons	Biologia	Llançaments	Ciències Comportame
11,00-11,30	DESCANS						
11,30-12,30	Generalitats Atletisme	Teoria Entrenament	Salts	Mig fons Fons	Biologia	Llançaments	Ciències Comportame
12,30-13,30	Generalitats Atletisme	Teoria Entrenament	Salts	Mig Fons Fons	Biologia	Llançaments	Ciències Comportame
15,00-16,00	Generalitats Atletisme	Teoria Entrenament	Salts	Velocitat Tanques	Velocitat Tanques	Llançaments	Ciències Comportame
16,00-17,00	Generalitats Atletisme	Teoria Entrenament	Salts	Velocitat Tanques	Velocitat Tanques	Llançaments	Ciències Comportame
17,00-17,15	DESCANS						
17,15-18,15	Generalitats Atletisme	Biologia	Salts	Velocitat Tanques	Velocitat Tanques	Llançaments	Primers Auxilis
18,15-19,15	Generalitats Atletisme	Biologia	Salts	Velocitat Tanques	Velocitat Tanques	Llançaments	Primers Auxilis
	19,15-20,15 Generalitats		19,15-20,15 Salts		19,15-20,15 Veloc-Tques	19,15-20,15 Llançaments	