

**Nombre de la actividad:** Amazonas Villafranca de los Barros

**Fecha:** 05/04/2025, horario aproximado 11:00

**Sede:** Piscina Climatizada de Villafranca.

**Número de participantes:** 20 participantes

**Dirigido a:** Niñas de categoría alevín hasta juvenil. (Niñas nacidas entre el 2009 y el 2014).

**Objetivo de la actividad:** Aprender a calentar fuera de la piscina, antes de comenzar a nadar, y posteriormente dentro del agua aprender ejercicios de técnica, revisar cómo hacen la brazada para así obtener un mayor rendimiento y corregir posibles errores.

**Necesidades para realizar la actividad:** Bañador, gorro, gafas, chanclas, toalla...material de piscina (aletas, palas tabla...) y goma para calentar fuera del agua.

**Inscripciones y normativa:** Las Inscripciones se realizarán en la página de la Federación Extremeña de triatlón, en el apartado de amazonas.

Pinchando y rellenando los datos del siguiente formulario:

[https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSeiWU8VhAdzWMU0Vt\\_55seflHSIcrb\\_ov\\_axpVzJhsvOl\\_pHw/viewform?usp=header](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSeiWU8VhAdzWMU0Vt_55seflHSIcrb_ov_axpVzJhsvOl_pHw/viewform?usp=header)

IMPORTANTE: las inscripciones se cerrarán 8 días antes de la Quedada para que así se pueda gestionar el tema de las camisetas para las niñas y puedan llegar a tiempo.

**Otra información de interés:**

**Persona de contacto:** Raquel Mateos Gil, [rmateos27@gmail.com](mailto:rmateos27@gmail.com)