

## JORNADA ANÀLISI DEL RENDIMENT

El dia 17 de novembre de 2024, diumenge, es realitza el Curs de “Proves d'esforç i avaluació de rendiment. Claus per a la determinació de zones d'entrenament en rem”.

Es realitzarà en el Real Club de Regates d'Alacant.

Horari:

9.30 a 13.30 part teòrica.

16.00 a 19.00 part pràctica (test i anàlisi dels test).

Docent:

Alfonso Penichet Tomás: Doctor en Ciències de l'Activitat Física i de l'Esport / Professor Investigador de la Universitat d'Alacant.

Inscripcions per favor al correu de [formacion@fremocv.org](mailto:formacion@fremocv.org).

Gratuït per a tots els que tinguen llicència com a tècnica o tècnic en la Federació de Rem de la Comunitat Valenciana.

Nota: Es tracta de proves d'esforç en rem ergòmetro per a calcular les zones d'entrenament.