



TECNIFICACIÓN - ENTRENAMIENTO FEGADO 2024

9 de Marzo

- ENTRENAMIENTO FEGADO 2024
- TECNIFICACIÓN FEGADO 2024

PARTICIPANTES E INSCRIPCIONS PARA OS ENTRENOS

- **TECNIFICACIÓN**

Todos aqueles rapaces e rapaces no grupo de tecnificación que enviaron a súa solicitude de participar na tecnificación no correo de ope fegado.

HORA DE SAÍDA: 11:00

Punto de encontro: 10:45 na zona de presaída da carreira.

O equipo de tecnificación dará as indicación para realizar a saída e o percorrido a realizar por cada un.

Os nenos apuntados na tecnificación **NON TEÑEN HORA DE SAÍDA ASINADA**.
Todos terán que acudir o punto de encontro na hora indicada.

Recordatorio: levar sportident e portadescripcións.

- **FEGADO**

Participan os federado nesta tempada que rexistraran a sus inscrición o entreno a través de web de FEGADO.

Os corredores non teñen que acudir con dorsal.

Na zona de quencemento se establecerá a presaída, a pouca distancia da saída, para ir recordando horas de saída e facelo de forma escalonada.

E un entreno, polo que as horas de saída son orientativas, se alguén queré saír máis tarde, mentres esté a carreira aberta, poderá facelo.

