

# 1º STAGE JÓVENES PROMESAS

Concentración Villaviciosa 2-5 Abril

El 1º Stage Jóvenes Promesas consistirá en una concentración inclusiva de 3 días que se organiza en la Federación Madrileña de Judo (Calle León 59, Villaviciosa de Odón).

La concentración comienza el **día 2 de abril**. Y termina el **día 5 de abril por la tarde**, aunque algunos deportistas regresan el **jueves 6 por la mañana**.

La organización de la FEDC recogerá y llevará a cada un@ de l@s deportistas en sus respectivas estaciones.

## ALOJAMIENTO

El alojamiento se realizará en el CRE de Madrid (Av. del Doctor García Tapia 210).

## ENTRENAMIENTOS DE JUDO

Los entrenamientos de JUDO se realizarán en la Federación Madrileña de Judo (Calle León 59, Villaviciosa de Odón).



### CONCENTRACIÓN FMJYDA

3, 4 Y 5  
ABRIL

📍 CETO VILLAVICIOSA DE ODÓN

ENTRENAMIENTO ABIERTO PARA  
TODOS LOS JUDOKAS  
INDEPENDIEMENTE DE SU  
AUTONOMÍA  
(CADÈTE, JUNIOR & ABSOLUTO)

11:30 - 13:00H  
17:30 - 19:30H

 **TOTALMENTE GRATUITO**

 **IMPRESINDIBLE TENER LICENCIA EN VIGOR**

 **VISTO BUENO EN LA FEDERACIÓN PROPIA**

 **ENVIARLO A: [deportesjudo@fmjudo.net](mailto:deportesjudo@fmjudo.net)**



## LLEGADA

### MADRID

Los deportistas de Madrid deberán llegar al **CRE (Moratalaz)** el **domingo 2 de abril a las 20:00.**

### ARAGÓN

Salida el **domingo 2 de abril** sobre **las 16:00 desde Zaragoza** con el entrenador Raúl Clemente. (se concretará hora y lugar exactos próximamente)

### RESTO DE DELEGACIONES

Llegada a Madrid **domingo 2 de abril por la tarde.**

COMIDA EN RUTA: Delegación de Aragón

## SALIDA

### MADRID

Dispersión de los deportistas de Madrid el **miércoles 5 de abril** a las **19:30** en la **Federación Madrileña de Judo (Villaviciosa de Odón).**

### ARAGÓN

Llegada aproximada el **miércoles 5 de abril** ---- a las

### GÁCERES

Dispersión el **jueves 6 de abril** a las **10:30** en el **CRE (Moratalaz).**

### RESTO DE DELEGACIONES

Transportes correspondientes.

**Miércoles 5 de abril por la tarde: ALICANTE**

**Jueves 6 de abril por la mañana: CASTILLA Y LEÓN, PLAMPLONA**

CENA EN RUTA MÁX 12€: L@s judokas cuyo transporte llegue más tarde de las 23:00 podrán comprar o consumir cena por ese importe. (Mantener ticket)

## PROGRAMA (Orientativo)

### LUNES, MARTES y MIÉRCOLES

9:30 - 10:30 DESAYUNO

11:30 - 13:00 ENTRENAMIENTO DE LA MAÑANA

13:00 - 17:30 COMIDA TIEMPO LIBRE Y DESCANSO

17:30 - 19:30 ENTRENAMIENTO DE LA TARDE

20:00 - 21:00 DUCHA

21:00 - 22:00 CENA

## ROPA RECOMENDADA

Recomendamos llevar:

- 2 JUDOGUIS (siempre que sea posible)
- 6 CAMISETAS PARA DEBAJO DEL JUDOGUI
- CAMISETAS Y ROPA PARA LOS MOMENTOS DE FUERA DE TATAMI
- ROPA Y CALZADO DEPORTIVO