

CONCENTRACIÓN Y CAMPEONATO DE ESPAÑA FEDC

12 - 14 mayo

La concentración consistirá en tres entrenamientos de judo donde participarán judokas afiliados a la ONCE de toda España. El domingo, agruparemos a los y las judokas por edad, peso y nivel y harán el campeonato de España FEDC.

La concentración comienza el **día 12 de mayo** y termina el **día 13 de mayo**. El **14 de mayo a las 9:00** será el CAMPEONATO DE ESPAÑA FEDC 2023 en la Federación Madrileña de Judo.

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) desde el viernes 12 de mayo hasta el domingo 14.

ENTRENAMIENTOS DE JUDO

Los entrenamientos de JUDO se realizarán en el CAR de Madrid, CENTRO DE ALTO RENDIMIENTO (C. de Martín Fierro, 5, 28040 Madrid). Los entrenamientos son **viernes 12 de mayo y sábado 13**. HORARIOS en hoja 3.

CAMPEONATO DE ESPAÑA JUDO FEDC

La competición se llevará a cabo en la Federación Madrileña de Judo (Calle León 59, Villaviciosa de Odón) el **domingo 14 de mayo** a las 9:00.

LLEGADA

MADRID

Los deportistas de Madrid deberán llegar al **CRE (Moratalaz)** el **viernes 12 de mayo a las 16:00.**

RESTO DE DELEGACIONES

Viernes 12 de mayo al mediodía y por la tarde.

COMIDA EN RUTA MÁX 12€: L@s judokas cuyo transporte salga antes de las 14:00 podrán comprar o consumir comida por ese importe. (Mantener ticket)

SALIDA

MADRID

Dispersión de los deportistas de Madrid el **domingo 14 de mayo** a las **16:30** en la FEDC Federación Española de Deportes para Ciegos (Camino de las Hormiguera 176, Madrid)

RESTO DE DELEGACIONES

Transportes correspondientes.

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)

ROPA RECOMENDADA

Para la competición sólo es necesario un JUDOGUI BLANCO. Pero se recomienda traer 2 siempre que sea posible para los entrenamientos.

- 2 JUDOGUIS (siempre que sea posible)
- CAMISETA BLANCA PARA LA COMPETICIÓN (CHICAS)
- CAMISETAS PARA ENTRENAR
- CAMISETAS Y ROPA PARA LOS MOMENTOS DE FUERA DE TATAMI
- ROPA Y CALZADO DEPORTIVO

PROGRAMA

www.fedc.es

VIERNES

16:00 LLEGADA

18:00 - 20:00 ENTRENAMIENTO (CAR)

20:00 - 21:00 DUCHA

21:00 - 22:00 CENA

SÁBADO

11:00 - 13:00 ENTRENAMIENTO (CAR)

14:00 - 15:00 COMIDA

15:00 - 16:30 DESCANSO

17:00 - 19:00 ENTRENAMIENTO (CAR)

19:00 PESAJE (CAR)

20:00 - 21:00 DUCHA

21:00 - 22:00 CENA

DOMINGO

9:00 - 12:00 CAMPEONATO DE ESPAÑA (FEDERACIÓN MADRILEÑA DE JUDO)

13:00 - 15:00 COMIDA DE EQUIPO

16:30 DISPERSIÓN