



III CLÍNICA DE TECNIFICACIÓN CD NUMANCIA.

Hora y lugar de inicio y recogida del clínic.

- El clínic se desarrollará en la ciudad del fútbol Francisco Rubio, siendo necesario llevar a los participantes a la puerta de entrada de los campos 10 minutos antes del inicio de la actividad (15:20h). La recogida también será en el mismo lugar en el horario fijado para el fin de la actividad (18:30h).

Material necesario para el clínic.

- Sudadera de entrenamiento azul cyan del CD Numancia. (obligatoria)
- Pantalón Azul marino, corto o largo, de color azul marino. (si se tiene, del club)
- Calcetines o medias blancas.
- Espinilleras. (no obligatorio)
- Recomendable llevar camiseta térmica, guantes y braga.

Consejos útiles.

- Marcar la ropa facilita mucho el resolver la pérdida de alguna prenda.
- En el tiempo de descanso se proporcionará una barrita energética, galletas o fruta y agua a los participantes. Si alguno suele merendar algo específico que lo lleve de casa. Si alguno tiene alguna alergia que nos lo comunique por privado.
- Los padres que quieran presenciar los entrenamientos podrán hacerlo sin ningún problema. Pero siempre con mascarilla y respetando las distancias.

Muchas gracias,

Javier Modrego Casado.