

II TRIWomen Training Camp 2 niveles, iniciación y perfeccionamiento

Del 20 al 22 de septiembre en San Vicent del Raspeig
Alojamiento en la Villa Universitaria en régimen de pensión completa
Instalaciones deportivas de San Vicent del Raspeig y Universidad de Alicante: Velódromo,
Gimnasio, pista de atletismo, piscina descubierta de 50 m.

Límite 20 plazas
Inscripción Duatlón València by MTRI 2025
Pack de bienvenida

Tarifas:

- 380€ Alojamiento en Pensión Completa y habitación individual
- 325€ Alojamiento en Pensión Completa y habitación doble
- Acompañante no participante consultar tarifa

Viernes 20 de Julio

- 16.00 h a 17.00h Recepción y entrega bolsa de bienvenida
- 17.00 h Taller Mecánica y mantenimiento de la bicicleta
- 18.00 h Sesión Movilidad, CORE y trabajo preventivo aplicado al Triatlón
- 19.00 h Sesión Técnica de carrera a pie
- 21.00 h Cena

Sábado 21 de Julio

- 8.00 h Desayuno
- 9.00 h a 11.00h Ciclismo Ruta
- 12.00 h Sesión Técnica de nado
- 14.00 h Comida y descanso
- 16.00 h Charla – Taller “Biomecánica en Ciclismo”
- 17.30 h Charla “Preparación de la Competición en Mujeres Triatletas” (Consejos Generales, Check List Pre Competición, Ciclo Menstrual y Programa de Entrenamiento.)
- 18.30 h Sesión Técnica de Transiciones
- 21.00 h Cena

Domingo 22 de Julio

- 8.00 h Desayuno



- 9.00 h Natación en Aguas Abiertas
- 10.00 h Triatlón TRIWoman Training Camp
- 14.00 h Comida y Despedida Campus

Entrenadoras

Vanessa Huesa Moreno

- Presidenta y Directora Técnica de la Federación de Triatlón de la Comunidad Valenciana.
- Coordinadora y Entrenadora del Centro de Tecnificación de Cheste y Programa de Tecnificación.
- Entrenadora Nacional de Triatlón.
- Licenciada en Ciencias de la Actividad Física y Deporte.
- Diplomada en Fisioterapia.
- Clasificadora autonómica en Paratriatlón.
- Responsable Programas Amazonas y Lideresas.
- Triatleta en activo en pruebas de ámbito autonómico, nacional e internacional en grupos de edad, desde el 2003 hasta la actualidad.

Silvia Valero Martínez

- Licenciada en Educación Física
- Entrenadora Nacional de Triatlón
- Máster en Gestión Deportiva, Máster en Educación Física y finalizando el Máster en Alto Rendimiento en Deportes Cíclicos
- Vinculada al mundo del deporte desde siempre, y al del triatlón desde el 2002 de manera activa.
- Actual entrenadora del Club Triatlón Gandia y técnica en el Servicio de Deportes del Ayuntamiento de Gandia.

