



 **Bizkaia**

PROGRAMA
KIROLA HERRIETAN

JARDUNALDI-HITZALDIA

**KIROLA ETA
ERRONKAK
BIZKAITIK**

APIRILAK 27
18:00-20:00

EUSKALDUNA JAUREGIA
3A ARETOA, **BILBO**

HIZLARIAK

ALEX TXIKON
**JUANRA
MADARIAGA**
**GAIZKA
ASEGUINOLAZA**
UNAI LLANTADA

MODERATZAILEA
AITOR ELDUAIEN

 **Bizkaia**

- KIROL- ERRONKA BAT PLANIFIKATZEKO ETA KUDEATZEKO FUNTSEZKO ALDERDIAK.
- PRESTAKUNTZA FISIKO ETA MENTALERAKO BEHARREZKOAK DIREN BALDINTZAK.
- EZBEHARREN KONPONBIDEAK, INPROBISAZIOA, BAKARDADEA ETA ESTRESA.
- ZIURGABETASUNAREN ETA IZAN DAITEZKEEN BIZI-ARRISKUEN KUDEAKETA.



IZEN-EMATEA



SARRERA DOAN • GUTXIENENKOKO EDUKIERA BEHARREZKOAK