



Sekulebedarra  
Kirol kluba  
[www.sekulebedarra.com](http://www.sekulebedarra.com)

## PRESENTACIÓN

Sekulebedarra Kirol Kluba, se creó en el mes de junio de 2015 en Matiena (Abadiño), con el objetivo de tener un Club de atletismo en la localidad de Abadiño .

En su corta trayectoria ya tiene atletas del Durangaldea , Euskadi y de otras Autonomías.

Para la presente temporada el club crecerá más en proyectos organizativos tanto en escolares como federados, donde él Club está dado de alta tanto en el Deporte Escolar como en la Federación Vasca de Atletismo.

## PERSONAL DE ENTRENAMIENTOS

El Club ahora mismo cuenta con 3 personas con experiencia en atletismo y con titulaciones, así como con gente de experiencia para ayudar en los entrenamientos.

Belit Solar: Licenciada en IVEF y 2 Master en Atletismo.

Amaia Munitxa: Licenciada en Fisioterapia y dedicada a Lanzamientos.

Jose Antonio Silva: Monitor Nacional de Atletismo y Entrenamiento Deportivo por Kirolene.

## PLAN DE ENTRENAMIENTOS

Tanto la temporada pasada como esta, se está quedando para entrenar a los más pequeños y el que quiera los días siguientes:

Los Lunes, Miércoles y Viernes de 17:00h a 18:00h, .

Los meses de Septiembre a Diciembre se realiza ejercicios de fortalecimiento y fase de aeróbico así como multisaltos y multilanzamientos, luego los meses de Enero a Julio según el chico o la chica, hacemos entrenamientos a su especialidad, carreras, saltos o lanzamientos tanto en la pista de atletismo (donde disponemos de material para ello) o en otro lugar por determinar.

Los que quieran competir, estos se realizan los sábados y domingos, los escolares de Noviembre hasta Mayo y los federados, (en categoría de Cadetes hasta Veteranos ), de Diciembre hasta Agosto.

El Club pone una cuota de 10E por atleta al mes de entrenamiento al que quiera acudir a los entrenamientos, este dinero es gestionado hacia el club, ya que nosotros lo hacemos por afición y no por trabajo profesional.

La entrada a las instalaciones de la pista de atletismo en Landako es gratuita , solo hay que hacer una tarjeta que da el acceso a las instalaciones.

Solo deciros, que os animes hacer atletismo, que no solo es correr y es divertido.

Un saludo