



Vital Fundazioa kirol aukera zabalari buruzko **doako eskola magistralak** eskainiko dizkie lurraldeko ikastetxeei ikasturte honetan. Arabako emakumezko kirolarien eskutik, haien testigantzak ikasleen artean **oinarrizko kirolaren praktika sustatzeko** balio izatea da helburua, baita hain ohikoak ez diren beste kirol-diziplina batzuk ezagutarazteko eta horiek egitea sustatzeko ere. Gainera, ekimenak Arabako kirolaren erreferente femeninoak ikusarazten ere lagundu nahi du, normalean erreferenteak maskulinoak diren esparru horretan.

Informazioa

La iniciativa pretende dar protagonismo a modalidades deportivas menos conocidas y en las que se potencian tanto los deportes individuales como los de equipo, e incluso modalidades con categorías mixtas.

Kirolak:

- **Badminton**
- **Triatloia**
- **Errugbia**
- **Boleibola**
- **Hockeya**
- **Karatea**

- Esgrima
- Bela
- Padel
- Waterpolo
- Eskubaloia
- Curling
- Sokatira
- Pala
- Tenisa
- Atletismo

Saio horiek ikastetxe bakoitzaren neurri eta errealitateetara egokituko dira eta masterklaseek alde teorikoa nahiz praktikoa izango dute. Teorikoan, emakumezko kirolariek beren esperientziaz, kirolean izandako hastapenez eta fisikoki zein psikologikoki ematen dienaz hitz egingo dute. Alde praktikoan kirol bakoitzeko ariketa eta teknika gehiago erakustea izango da ardatza.

Parte hartu nahi al duzu?

Hitzaldi horietako bat hartu nahi duten ikastetxeek actividades@fundacionvital.eus helbide elektronikoaren bitartez edo **647 566 579** telefonoan eska dezakete.