



Fundación Vital ofrecerá una masterclass a los centros educativos del territorio con **clases magistrales gratuitas** sobre una amplia variedad de deportes. De la mano de deportistas alavesas, se pretende que su testimonio sirva para **fomentar la práctica del deporte base** en el alumnado, darle a conocer otras disciplinas deportivas menos mayoritarias y estimular su práctica. Además, la iniciativa quiere contribuir también a dar **visibilidad a referentes femeninas del deporte** del territorio alavés, en un marco en el que habitualmente son masculinos.

## Información

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.

### Deportes

- **Bádminton**
- **Triatlón**
- **Rugby**
- **Voleibol**
- **Hockey**
- **Karate**

- Esgrima
- Vela
- Pádel
- Waterpolo
- Balonmano
- Curling
- Sokatira
- Pala
- Tenis
- Atletismo

Estas sesiones se adaptarán a las medidas y realidades de cada centro y tendrán una parte teórica y otra práctica. En la teórica las deportistas hablarán de su experiencia, sus inicios en el deporte y sobre lo que les aporta física y psicológicamente. En la parte práctica se centrarán en mostrar más ejercicios y técnicas de cada deporte.

## ¿Quieres participar?

Los centros educativos que deseen albergar una de estas charlas pueden solicitarlo a través del correo electrónico [actividades@fundacionvital.eus](mailto:actividades@fundacionvital.eus) o en el teléfono **647 566 579**.