



A.D. GRUPO DE MONTAÑA PEGASO

www.montanapegaso.es

Curso de ESTIRAMIENTOS



Síguenos en



Fecha:	31 de Enero de 2021
Datos técnicos:	Este año habíamos pensado hacer un curso de ESTIRAMIENTOS para evitar lesiones a la hora de practicar el esquí. La COVID y las normas del Gobierno nos han llevado a poner en marcha la imaginación para daros esa información. Para ello tenemos coordinadores entre nuestros muy profesionales como son Gregorio y Jorge que están resumiendo en un video lo que nunca hacemos cuando vamos a esquiar ¡ESTIRAR!
Material: VIDEO en preparación	Problemas de confinamiento perimetral hacen que todavía no esté, pero en breve colgaremos aquí el VIDEO para realizar un deporte seguro
Coordinadores:	FISIOTERAPEUTA Gregorio Moreno López LICENCIADO POR INEF Jorge Prendes García

INFORMACIÓN IMPORTANTE:

Los coordinadores del Esquí de Pegaso, hemos debatido sobre la actividad que habíamos preparado en el Calendario 2021 y hemos llegado a la siguiente conclusión:

En nuestro ánimo está poder cumplir con el Calendario 2021 de este bello deporte que es el Esquí, pero a día de hoy tenemos un caos con las vacunas contra la COVID19, aún mayor es la presión en los hospitales y difícil adivinar lo que puede pasar dentro de quince días, pensamos que mientras el horizonte no esté mas despejado no queremos ilusionar a los esquiadores del Pegaso solicitando plazas en Pirineos, León, Gredos, etc. para al final no poder ir.

Solo cuando tengamos todo esto resuelto podremos pensar en sacar adelante lo programado.

Seguiremos en contacto a través de las redes.

El responsable del Esquí: Paco Ponz

