

Presentación:

Hola buen día, somos Tusah Chile y estamos muy contentos y motivados en poder invitarte a nuestro primer evento en tierras chilenas **"First class Taekwondo"** esta experiencia es creada e impartida por Oscar Salazar Blanco.

Oscar Salazar, es Maestro de taekwondo mexicano y exmedallista olímpico por México, cuenta con una amplia carrera en este hermoso deporte. Oscar Salazar entrena selecciones olímpicas de otros países, ha participado para la selección de Ecuador y actualmente lo hace con la selección de Egipto, entre otras actividades que ya lo hacen ser considerado una leyenda del taekwondo.

El evento al que te estamos invitando, es algo más que otro seminario deportivo, lo que nos compartirá este medallista olímpico, es una experiencia única e irrepetible que podrá sumar en tu técnica, disciplina y expandir tu desarrollo físico y mental apoyado de las ponentes en nutrición y fisioterapia que apoyan nuestro evento.

Este Firts Class Taerkwondo está orientado a los practicantes de esta disciplina (Taekwondo) pero también la invitación es para los entrenadores que quieran conocer y acceder a la experiencia de hablar y escuchar a un campeón olímpico que pondrá la mejor de sus energías para que te lleves una experiencia de vida en tu carrera amateur o profesional.

Así que acompáñanos, se parte de este evento teórico-practico, en el cual durante 3 días podrás realizar un entrenamiento en doble jornada, tener sesiones de fisioterapia y nutrición deportiva adicionalmente.

Somos Tusah Chile y estamos aquí para motivarte, darte herramientas, hacerte parte de nuestros sueños e invitarte a este magno evento que seguro será el primero de muchos en este hermoso país.

VIERNES 12

1 jornada:
Tema del seminario:
Bienvenida y
Nutrición

Cita para deportistas 08:30 am
Tema: **Nutrición deportiva**
Horario: 09:00 hasta 10:30
Ponente: **Claudia Sánchez Quinteros**

Descanso 10:30 a 12:30 hrs

2 jornada:
First Class
Clase Práctica

Tema: **Trabajo técnico – táctico**
Horario: 12:30 hasta 17:00 hrs
Ponente: **Maestro Oscar Salazar.**

Sábado 13

1 jornada:
Tema del seminario:
Fisioterapia

Cita para deportistas 09:00 am
Tema: **Fisioterapia**
Horario: 09:30 hasta 11:00
Ponente: **Ma. José Mateos**

Descanso 11:00 a 14:30 hrs

2 jornada:
First Class
Clase Práctica

Tema: **Trabajo técnico – táctico**
Horario: 14:30 hasta 18:00 hrs
Ponente: **Maestro Oscar Salazar.**

Domingo 14

1 jornada:
Tema del seminario:
Clase Práctica

Cita para deportistas 08:30 am
Tema: **Entrenamiento y técnica, teórico-práctico**
Horario: 09:00 hasta 12:00
Ponente: **Maestro Oscar Salazar.**

Descanso 12:00 a 14:00 hrs

2 jornada:
First Class
Clase Práctica

Tema: **Trabajo técnico – táctico**
Horario: 14:00 hasta 17:00 hrs
Ponente: **Maestro Oscar Salazar.**

3 jornada:
Clausura
Agradecimientos

Tema: **Ceremonia final del curso**
Horario: 17:00 hasta 18:00 hrs
Ponente: **Encargados de la Organización del evento.**
Palabras de despedida y fotografías.