

ABENDUAK 13 ASTELEHENA

11:00 ARGAZKI-ERAKUSKETA

Emakumezkoen Deportivo Alavesen 2020/2021 denboraldiko igoera trofeoaren erakusketa. Argazki esposizioaren inaugurazioa.

Baskonia-Alavés Store

19:30 EGUN BAT EMAKUMEZKOEN TALDEAREKIN *

20:30 Solasaldia: Lehen taldeko jokalariek beren egunerokotasunaren nondik norakoak azalduko dituzte; kirol arloan eta haien arlo pertsonalean.

Europa Kongresu Jauregia | Green Capital aretoa

ABENDUAK 14 ASTEARTEA

18:30 EMAKUMEZKOEN KIROLARI BURUZKO JARDUNALDI TEKNIKOAK *

- 19:30
- Prestakuntza fisikoa eta GPS gailuen onura goi-mailako emakumezkoen futbolean.
 - Lesioak eta indartze-protokoloak emakumezko jokalarietan.
 - Errendimendu handiko saioen plangintza emakumezkoen futbolean.
 - Analisia eta scoutinga emakumezkoen lehen mailan.

Europa Kongresu Jauregia | Green Capital aretoa

19:30 EUSKAL EMAKUMEZKOEN FUTBOLA *

20:30 Erreferentziazko euskal futbol-kluben arteko topaketa, egungo egoerari kudeatzaileen eta jokalarien ikuspegitik heltzeko. Talde bakoitzeko zuzendari eta jokolari bana izango da.

Europa Kongresu Jauregia | Green Capital aretoa

ABENDUAK 15 ASTEAZKENA

17:30 TEKNIFIKAZIO-SAIOAK DEPORTIVO

20:00 ALAVESEKO EMAKUME JOKALARIEKIN *

1. saioa: 17:30etatik 18:30etara
2. saioa: 19:00etatik 20:00etara

6 eta 12 urte arteko haurrei bideratuta
Jose Luis Compañón Kirol Hiria

ABENDUAK 17 OSTIRALA

19:00 AUTOGRAFO SINAKETA

20:00 Deportivo Alaveseko emakume jokalariekin

Baskonia-Alavés Store



ABENDUAK **18 LARUNBATA**

Goizean **ENTRENAMENDUA, AFIZIOARI IREKIA**

Jose Luis Compañón Kirol Hiria

ABENDUAK **19 IGANDEA**

15:30 **MONI GARAGE KONTZERTUA**

17:00 **EMAKUMEZKOEN DEPORTIVO ALAVES - LEVANTE ***

Emakumezkoen futbol mini-txapelketa atsedenaldian.

Jose Luis Compañón Kirol Hiria

**SARRERAK
SALGAI**

* Edukiera mugatua. Aldez aurretik eman behar da izena:
www.mendizorrotza.com/gloriosas

LUNES 13 DE DICIEMBRE

11:00 **EXPOSICIÓN DE FOTOS**

Exposición trofeo ascenso Deportivo Alavés Femenino temporada 2020/2021. Inauguración exposición fotográfica.

Baskonia-Alavés Store

19:30 **UN DÍA CON LAS GLORIOSAS ***

20:30 Charla en primera persona donde las jugadoras del equipo Deportivo Alavés Femenino compartirán su día a día a nivel personal y deportivo.

Palacio de Congresos Europa | Sala Green Capital

MARTES 14 DE DICIEMBRE

18:30 **JORNADAS TÉCNICAS SOBRE DEPORTE FEMENINO ***

- 19:30**
- La preparación física y el beneficio de los dispositivos GPS en la élite del fútbol femenino
 - Lesiones y protocolos de fortalecimiento en la mujer futbolista
 - La planificación de sesiones en el fútbol femenino de alto rendimiento
 - El análisis y el scouting en primera división femenina

Palacio de Congresos Europa | Sala Green Capital

19:30 **EL FÚTBOL FEMENINO VASCO ***

20:30 Encuentro entre clubes de fútbol vascos para abordar la situación actual desde la perspectiva de las empresas deportivas y las jugadoras profesionales.

Palacio de Congresos Europa | Sala Green Capital

MIÉRCOLES 15 DE DICIEMBRE

17:30 **SESIONES DE TECNIFICACIÓN CON LAS JUGADORAS DEL DA FEMENINO ***

20:00 1ª sesión: 17:30 h a 18:30 h
2ª sesión: 19:00 h a 20:00 h

Dirigido a niños y niñas de entre 6 y 12 años
Ciudad Deportiva José Luis Compañón

VIERNES 17 DE DICIEMBRE

19:00 **FIRMA DE AUTÓGRAFOS**

20:00 Con las jugadoras del Deportivo Alavés Femenino
Baskonia-Alavés Store

SÁBADO 18 DE DICIEMBRE

Mañana **ENTRENAMIENTO A PUERTAS ABIERTAS**

Ciudad Deportiva José Luis Compañón

DOMINGO 19 DE DICIEMBRE

15:30 **CONCIERTO MONI GARAGE**

17:00 **DEPORTIVO ALAVÉS FEMENINO - LEVANTE ***

Mini torneo de fútbol femenino en el descanso.
Estadio de Mendizorrotza

**ENTRADAS
A LA VENTA**

* Aforo reducido. Se requiere inscripción previa:
www.mendizorrotza.com/gloriosas

