

PROGRAMA (Actualizado 4 de octubre de 2019)

Jueves 3 – octubre 2019: Llegada		
10:00 - 18:00	Llega delegaciones / Acreditación	Oficina Liga
Viernes 4 – octubre 2019: Reuniones, Pesaje Oficial y Katas		
09:00 - 14:00	Acreditación, revisión de documentos y pagos	Oficina Liga
14:00 - 15:30	Congresillo Técnico (traje formal)	Auditorio Coliseo de Combate Guillermo Gaviria
16:00 - 17:00	Pesaje extraoficial todas las categorías M/F	Coliseo Combate Guillermo Gaviria
17:00 - 18:00	Pesaje oficial todas las categorías M/F	
19:00	Clínica de Arbitraje (tatami central con Judogi en el Dojo del Coliseo de Combate) pueden asistir entrenadores y atletas.	Coliseo Combate Guillermo Gaviria
Sábado 5 – octubre 2019: 3 Áreas de Tatamis Competencias Eliminatorias y Finales		
8:00	Eliminatorias, finales y premiación de sub7, sub9, sub11, sub13, sub15	Coliseo de Combate Guillermo Gaviria
10:00	Eliminatorias, finales y premiación de sub18	
11:00	Eliminatorias, finales y premiación de sub21	
14:00	Eliminatorias, finales y premiación Mayores	
19:00	Acto inaugural del evento	
Domingo 6 – octubre 2019: 3 Áreas de Tatamis, Torneo por equipos Mixto, Desafío Brasil – Colombia		
8:00	Katas	Coliseo de Combate Guillermo Gaviria
10:00	Torneo por equipos eliminatorias y finales	
12:00	Desafío Colombia vs Brasil	



**Lunes 7 octubre: Campamento internacional de Entrenamiento
Invitación especial al equipo de Brasil (Sub18, Sub21 y Mayores)
DÍA 1**

9:00 a 12:00	Preparación Física: Recuperación activa, trabajo aeróbico, medios y manejo del dolor, masajes y estiramiento por Andrés Martínez (Colombia)
17:00 a 20:00	Preparación técnico – táctica: Intervención técnica del entrenador Luciano Bittencourt (Brasil) 60 minutos randori Tachi Waza

**Martes 8 octubre: Campamento internacional de Entrenamientos
Invitación especial al equipo de Brasil (Sub18, Sub21 y Mayores)
DÍA 2**

9:00 a 12:00	Preparación Física: Circuito de autocargas japonés por Yoshiro Tanaka (Japón)
17:00 a 20:00	Preparación mental: Intervención entrenadora mental Ana Álvarez Preparación técnico – táctica: 15 minutos randori Ne Waza 45 minutos randori Tachi Waza

**Miércoles 9 Octubre: Campamento internacional de Entrenamientos
Invitación especial al equipo de Brasil (Sub18, Sub21 y Mayores)
DÍA 3**

9:00 a 12:00	Preparación Física: Circuito físico – técnico – táctico por Luciano Bittencourt (Brasil)
17:00 a 20:00	Preparación técnico – táctica: Intervención técnica del entrenador Yoshiro Tanaka (Japón) 60 minutos randori Ne Waza



Jueves 10 octubre: Campamento internacional de Entrenamientos
Invitación especial al equipo de Brasil (Sub18, Sub21 y Mayores)
DÍA 4

9:00 a 12:00	Preparación Física: Circuito de autocargas japonés por Yoshiro Tanaka (Japón)
17:00 a 20:00	Preparación técnico – táctica: Intervención táctica del entrenador Luciano Bittencourt (Brasil) 70 minutos randori Tachi Waza

Viernes 11 Octubre: Campamento internacional de Entrenamientos
Invitación especial al equipo de Brasil (Sub18, Sub21 y Mayores)
DÍA 2

9:00 a 12:00	Preparación Física: Circuito físico – técnico – táctico por Luciano Bittencourt (Brasil)
17:00 a 20:00	Preparación técnico – táctica: Intervención táctica del entrenador Yoshiro Tanaka (Japón) 70 minutos randori Tachi Waza

Sábado 12 Octubre: Campamento internacional de Entrenamientos
Invitación especial al equipo de Brasil (Sub18, Sub21 y Mayores)
DÍA 2

7:30 am	Visita sitios turísticos Medellín
---------	-----------------------------------

Domingo 13 Octubre: Día turístico

Salida en Bus Turístico a Guatapé y la piedra del Peñol de las delegaciones interesadas por un costo de \$100.000 ida y regreso más almuerzo y dos refrigerios.

Lunes 13 Octubre: Salida de delegaciones

Salida de todas las delegaciones a su lugar de origen