



# VI WOMEN & PADEL

Jornada Integral de Formación y  
Competición

20 MARZO  
2026  
MILÁN

● Máx. 30 jugadoras

● Inscripción gratuita

● Country Sport Village,  
Paderno Dugnano

● [women@europeandefpadel.com](mailto:women@europeandefpadel.com)

## 10:00 - 11:00 BIENVENIDA Y ACTIVACIÓN

Presentación del programa

Dinámica de cohesión

Enfoque mental competitivo

Activación física

Conexión entre jugadoras

## 11:00 - 14:00 ENTRENAMIENTO EN PISTA · 5 PISTAS · GRUPOS POR NIVEL

### CONTENIDOS TÉCNICOS

- >Fundamentos técnicos
- >Situaciones tácticas reales
- >Toma de decisiones
- >Correcciones individualizadas

### NIVELES DE TRABAJO

INICIACIÓN

INTERMEDIO

INTERMEDIO  
ALTO

Entrenadores / coach certificados · Comunicación accesible

## 15:30 - 19:00 SESIONES PERSONALIZADAS · RESERVA PREVIA OBLIGATORIA

### PSICOLOGÍA DEPORTIVA

Coach TOIS · 15 min / sesión

- >Preparación de partido
- >Gestión emocional
- >Confianza y concentración

### CONSULTA TÉCNICA

Entrenadores EDP · 15 min / sesión

- >Análisis técnico individual
- >Revisión táctica
- >Resolución de dudas

**Reserva obligatoria.** Individual o en pareja · Una cita por jugadora · Asignación por orden de inscripción

★ **INSCRIPCIÓN GRATUITA**

Integrado en el calendario oficial EDP 2026. Evento exclusivo para jugadoras sordas y con discapacidad auditiva.