

28/06/2020 CENFA (ESP) - Importance of strength work in race walking



The proceedings of an interesting webinar organized in Spain by the Centro Nacional de Formacion Atleticas (CENFA) of the Real Federacion Espanola de Atletismo have recently been published on the YouTube platform.

The topic of the webinar was "**Importance of strength work in race walking**".

The webinar which consists of a Power Point of about 45 minutes was held by Daniel Jacinto Garzon (ESP) and a subsequent debate which was also attended by Miguel Angel Medialdea (ESP).

Given the importance and interest of the topic, we offer our readers the entire original recording (in Spanish)

[Click here to YouTube](#)



(spanish version)

Las actas de un interesante seminario web organizado en España por el Centro Nacional de Formación Atlética (CENFA) de la Real Federación Española de Atletismo se han publicado recientemente en la plataforma de YouTube.

El tema del seminario web fue "**Importancia del trabajo de fuerza en la marcha atlética**".

El seminario web que consta de un Power Point de aproximadamente 45 minutos fue realizado por Daniel Jacinto Garzón (ESP) y un debate posterior al que también asistió Miguel Angel Medialdea (ESP).

Dada la importancia e interés del tema, ofrecemos a nuestros lectores la grabación original completa (en español)

[Haga clic aquí para YouTube](#)

