

LA XUNTA DE GALICIA EDITA UNA SERIE DE GUÍAS PARA LA REACTIVACIÓN DEL DEPORTISTA



La primera de las guías se centra en el "**afrentamiento de la ansiedad y el estrés** provocados por la Covid-19 y la recuperación de la motivación para la práctica deportiva".

La segunda aborda "la **vuelta al entrenamiento en deportes de equipo**, controlando el riesgo de contagio por virus".

Por último, la tercera está enfocada específicamente a los **deportes de lucha y combate**.

Link to Original article: <https://www.fagde.org/blog/la-xunta-de-galicia-edita-una-serie-de-guias-para-la-reactivacion-del-deportista?elem=284953>