Hola Capitanes de Mejoramiento Físico

¡Felicitaciones! Has sido seleccionado por tu entrenador para ser el capitán de Mejoramiento Físico de tu equipo(s). Será un momento emocionante y sabemos que es posible que ya sean "líderes" en su equipo, ¡pero queremos ayudarlos a capacitarlos para que sean aún más impactantes!

Qué es un capitán de Mejoramiento Físico: un capitán de MF es un rol de liderazgo de un atleta en un equipo deportivo para dirigir al equipo en actividades relacionadas con el fitness y los hábitos saludables. Los capitanes de mejoramiento físico sienten pasión por el acondicionamiento físico, el ejercicio y los comportamientos saludables y pueden transmitir esta mentalidad a sus compañeros de equipo.

Usando sus habilidades de liderazgo y conocimiento de fitness, los Capitanes de mejoramiento físico podrán:

* Guiar a sus equipos en el calentamiento y el enfriamiento final en cada entrenamiento
* Compartir consejos con sus compañeros de equipo
* Ser un modelo a seguir y apoyar a sus compañeros a estar saludables y en forma.

**Tu fuiste escogido para ser un capitán de Mejoramiento Físico porque:**

Ejerces una influencia positiva sobre tus compañeros

* Siempre eres confiable, responsable y respetuoso.
* Muestras un gran espíritu deportivo en todas las circunstancias y en general, tienes una buena actitud.
* Eres un gran compañero de equipo y te preocupas por los demás.
* Tiene un interés por la actividad física/ejercicio/comportamientos saludables

**Lo que se le enseñará a través del programa de capacitación:**

* Cualidades de un líder
* Cómo dirigir calentamientos y enfriamientos dinámicos
* Cómo compartir consejos de salud con tus compañeros de equipo

Responda a este correo electrónico antes del [inserte la fecha aquí] para informarnos si acepta esta invitación para convertirse en Capitán de mejoramiento físico. A partir de ahí, compartiremos información adicional sobre los requisitos y el calendario de capacitación.

Si tiene alguna pregunta o inquietud, responda también a este correo electrónico o llame a [insertar número de teléfono].

¡Gracias!