

YOUTH THINK

Presents

Life of an Athlete / Pure Performance

Learn from former US Olympic Trainer
John Underwood and Navy Seal Jason Larson



Two special events

All-Day Student Athlete & Coaches Training

Wednesday, August 14, 2019

9:00 am - 3:30 pm

The Dalles High School Auditorium

This special event is open to all high school athletes from The Dalles, South Wasco or Dufur High Schools and area coaches, including youth sports coaches. Separate and combined coaches and athlete sessions will be held. Don't miss out on your chance to hear from both an Olympic trainer and Navy Seal. Lunch will be provided. Space is limited. **All participants must preregister by Friday, August 9th** by calling 541-506-2673 or email at debbyj@co.wasco.or.us.

FREE EVENT

Parent/Community Presentation

Thursday, August 15, 2019

6:00 pm - 8:00 pm

The Dalles High School Auditorium

Learn how you can best help and support our young athletes. Underwood will share groundbreaking research on the importance of sleep and hydration as well as the detrimental effects of alcohol and substance abuse on young people's mind, body, and school/athletic performance. Help us shape our future by discussing different community programs and policies to help keep our youth safe. Presentation open to all.

FREE EVENT

John Underwood has coached or advised more than two dozen Olympians including many World and Olympic Champions. John's innovative Life of an Athlete/Pure Performance program has gained international prominence, sharing science based studies associated with optimal mental and physical performance.



541-506-2673

www.YouthThink.net



YOUTH THINK

Presenta

Vida del Atleta / Rendimiento Puro

Aprende del ex entrenador olímpico de los Estados Unidos
John Underwood y Jason Larson de la Marina Nacional



Dos Eventos Especiales

**Entrenamiento de Atletas y Entrenadores
de todo el día**

Miércoles 14 de agosto de 2019

9:00 am - 3:30 pm

El auditorio de la escuela secundaria The Dalles Este evento especial está abierto a todos los atletas de preparatoria de The Dalles, South Wasco o Dufur High School y entrenadores de área, incluyendo entrenadores de deportes juveniles. Se realizarán entrenamientos separados y combinados y sesiones de deportistas. No te pierdas la oportunidad de escuchar a un entrenador olímpico y al Navy Seal.

Se proporcionará el almuerzo. El espacio es limitado. Todos los participantes deben registrarse previamente el viernes 9 de agosto llamando al 541-506-2673 o por correo electrónico a debbyj@co.wasco.or.us.

EVENTO GRATUITO

Presentación de Padres / Comunidad

Jueves 15 de agosto de 2019.

6:00 pm - 8:00 pm

El auditorio de la escuela secundaria The Dalles Aprenda cómo puede ayudar y apoyar mejor a nuestros jóvenes atletas. Underwood compartirá una investigación innovadora sobre la importancia del sueño y la hidratación, así como los efectos perjudiciales del abuso de alcohol y sustancias en la mente, el cuerpo y el rendimiento escolar de jóvenes deportistas. Ayúdenos a dar forma a nuestro futuro al analizar diferentes programas y políticas de la comunidad para ayudar a mantener a nuestros jóvenes a salvo. Presentación abierta a todos.

EVENTO GRATUITO

John Underwood ha entrenado o asesorado a más de dos docenas de atletas olímpicos, incluidos muchos campeones mundiales y olímpicos. El innovador programa Vida de un atleta / Rendimiento puro de John ha ganado prominencia internacional, compartiendo estudios basados en la ciencia asociados con un rendimiento mental y físico óptimo.



541-506-2673

www.YouthThink.net

