

CIRCULAR 49/2023

Área de Competición

Publicado Ciudad Real, 07 de Octubre de 2023

PROGRAMA NACIONAL DE TECNIFICACIÓN DEPORTIVA TEMPORADA 2023 1º JORNADA – 21/10/2023 – Campo de Criptana

La Federación de Atletismo de Castilla-La Mancha y la Real Federación Española de Atletismo, desarrollando el Programa Nacional de Tecnificación Deportiva (PNTD) para 2023 de la RFEA organizará las siguientes Jornadas de Monitorización, Formación Técnica de Especialización y Seguimiento;

- SECTOR MARCHA – Campo de Criptana (21/10/2023)
- SECTOR LANZ. MARTILLO – Campo de Criptana (21/10/2023)

La presente convocatoria está orientada a concretar y abordar aspectos técnicos y específicos que ayuden a mejorar el rendimiento de los atletas convocados.

INFORMACION IMPORTANTE: Los atletas y entrenadores convocados deben acudir de manera conjunta. No se autorizará la asistencia de atletas sin su entrenador.

Tanto el atleta como el entrenador deben estar en posesión de licencia Federada en activo para la temporada 2023.

CONFIRMACIÓN PARA LOS ATLETAS Y ENTRENADORES

Todas las personas que participen en cada concentración deberán responder el formulario de confirmación de cada concentración, para confirmar su asistencia, en caso de **NO CONFIRMAR** se considerará rechazada la plaza y convocaremos al siguiente atleta de interés federativo regional.

- LOS ATLETAS CONVOCADOS DEBERÁN ASISTIR CON GARANTÍAS DE PODER REALIZAR DE FORMA ADECUADA LAS SESIONES DE ENTRENAMIENTO PROPUESTAS.
- Por motivos de mantenimiento de la instalación, los asistentes deberán acudir con calzado deportivo.
- Los acompañantes y/o familiares de los atletas **no podrán permanecer en el interior de la instalación** mientras se desarrollen las sesiones.
- Los atletas deberán acudir provistos de la Licencia Federada 2023 y de la Tarjeta Sanitaria.

SECTOR MARCHA- 21 de OCTUBRE de 2023 - Campo de Criptana

Lugar: Pista de Atletismo Purificación Ortiz (Complejo Hermanos Manzanegue)

Incorporación: a las 10:00 horas (Piscina Cubierta, C/ Sara Montiel)

Finalización: en torno a las 18:00 horas.

Organiza: Federación de Atletismo de Castilla – La Mancha junto a RFEA.

Responsables:

- Coordinador de Concentración: **Olallo L. Fernández López**
- Entrenador RFEA: **Jose Antonio Quintana Rodriguez**
- Persona contacto FACLM: **Macarena Pérez**

Objetivo de la jornada:

- Conocer diferentes ejercicios para la mejora del trabajo técnico de ambas piernas durante la marcha.
- Realizar ejercicios para el trabajo de aumento de frecuencia y amplitud de zancada en la marcha atlética.

ATLETAS CONVOCADOS:

ATLETA	AÑO	LICENCIA	CLUB 2023	ENTRENADOR CONVOCADO
ANGELA ROMO MARTIN	2009	TO	UNICAJABANCO- C.A. TOLEDO	IVAN SANCHEZ DIAZ
ALBA CARNICERO CAÑADILLAS	2009	TO	UNICAJABANCO- C.A. TOLEDO	IVAN SANCHEZ DIAZ
NARA PASTOR MARÍN	2007	CU	ATLETISMO CUENCA	ALBERTO FERNANDEZ FUENTES
ANDREA PEREZ MONTOYA	2006	TO	UNICAJABANCO- C.A. TOLEDO	DAVID CARMENA CARMENA
PATRICIA GARCIA GARCIA	2007	GU	ATLETISMO QUIRON	JORGE GUILLEN FERNANDEZ
PABLO CARLOS GONZALEZ	2009	CU	ATLETISMO CUENCA	MIGUEL ANGEL CASTILLO DE LA IGLESIA
JULEN GOMEZ GAMBOA	2009	TO	UNICAJABANCO- C.A. TOLEDO	DAVID CARMENA CARMENA

ES OBLIGATORIO CONFIRMAR ASISTENCIA ANTES DEL DÍA 13 DE OCTUBRE.

SECTOR L. MARTILLO - 21 de OCTUBRE de 2023 - Campo de Criptana

Lugar: Pista de Atletismo Purificación Ortiz (Complejo Hermanos Manzanegue)

Incorporación: a las 10:00 horas (Piscina Cubierta, C/ Sara Montiel)

Finalización: en torno a las 18:00 horas.

Organiza: Federación de Atletismo de Castilla – La Mancha junto a RFEA.

Responsables:

- Coordinador de Concentración: **Olallo L. Fernández López**
- Entrenador RFEA: **Carlos Revuelta Parra**
- Persona contacto FACLM: **Macarena Pérez**

Objetivo de la jornada:

- Conocer diferentes ejercicios para el trabajo de propulsión del artefacto durante los giros.
- Realizar ejercicios para el trabajo de fuerza aplicada relativo a este lanzamiento.
- Mejorar la técnica de salida a través de ejercicios, del artefacto del círculo (ángulo de salida, altura y velocidad del mismo).

ATLETAS CONVOCADOS:

ATLETA	AÑO	LICENCIA	CLUB 2023	ENTRENADOR CONVOCADO
Salvador Alarcon Jaquero	2008	AB	C.A. ALBACETE-DIPUTACIÓN	DAVID VALERA LOPEZ
Jesus Monroy Esquinas	2007	TO	CD Pastor Poeta	ANTONIO SAEZ MEJIAS
Celia Diaz Pinacho	2007	TO	CD Pastor Poeta	ANTONIO SAEZ MEJIAS
Maria Sanchez Jimenez	2007	AB	C.A. ALBACETE-DIPUTACIÓN	IGNACIO ROSA CUARTERO
Clara Exposito Clemente	2009	CU	Atmo. Tarancón	RAUL CANTARERO DE LA OSSA
Diana Lao Montoro	2008	TO	CD Pastor Poeta	ANTONIO SAEZ MEJIAS
Ariadna Rodriguez Galvez	2007	TO	AD San Miguel	PEDRO RODRIGO DIAZ
Alvaro Lopez Gonzalez	2007	TO	AD San Miguel	PEDRO RODRIGO DIAZ
ATLETAS RESERVAS (en caso de no confirmar atleta y entrenador)				
Ines Xiangqin Garcia Herraes	2006	TO	UNICAJABANCO- C.A. TOLEDO	IVAN SANCHEZ DIAZ
Sergio Garcia Garcia	2006	AB	C.A. ALBACETE-DIPUTACIÓN	JOSE MAMUEL CAMBRONERO

ES OBLIGATORIO CONFIRMAR ASISTENCIA ANTES DEL DÍA 13 DE OCTUBRE.

HORARIO DE CADA JORNADA (PENDIENTE DE CONFIRMACIÓN OFICIAL)

HORARIO	ACTIVIDAD	CONTENIDO ACTIVIDAD
10:00	Recepción de los Entrenadores	Recepción de los Entrenadores por parte del Coordinador de la Concentración
10:15-11:30	Sesión Teórica	Sesión Teórica, dirigida a los Entrenadores invitados, con el entrenador experto responsable de la jornada.
10:30	Recepción de los Atletas	Recepción de los Atletas por parte del Coordinador de la Concentración
11:00-11:30	Calentamiento Atletas	Calentamiento personal por parte de los atletas
11:30-13:30	1º Sesión de entrenamiento	Sesión de entrenamiento donde se abordará la aplicación práctica de los contenidos teóricos iniciales
14:00-15:30	COMIDA Y DESCANSO	
15:30-16:30	Charla con los atletas y entrenadores	Charla de contenidos complementarios con los entrenadores y atletas convocados (pendiente de aula)
16:30-17:45	2º Sesión de entrenamiento	Sesión de entrenamiento de ampliación de los contenidos programados o complementarios.
18:00	Despedida	Fin de la Actividad y despedida de los participantes por parte del coordinador

Ciudad Real, 06 de Octubre, 2.023
Departamento de Competición

ANEXO CONCENTRACIÓN PROGRAMA NACIONAL DE TECNIFICACIÓN DEPORTIVA

Sector: _____

Atleta o Entrenador: _____

Año nacimiento: _____ **D.N.I.:** _____

Lugar de Residencia: _____ **NºLIC.:** _____

Entrenador: _____

Solo para los tutores de los atletas menores:

- Autorizo a mi hijo/a a dicha concentración organizada por la Federación de Atletismo de Castilla-La Mancha y la RFEA (*marcar solo en caso de menores de edad*).
- Así mismo, asumo la responsabilidad de cualquier acto, incidencia en que pudiera estar implicado/a mi hijo/a durante dicha actividad. Y para que así conste a los efectos oportunos, firmo el presente documento:

PADRE/MADRE/TUTOR

Nombre: _____

D.N.I.: _____ **Teléfono de contacto:** _____

_____, a _____ de _____, de 2023

Fdo.: _____

Enviar a competicion@facm.com