

CIRCULAR 54/2023

Área de Competición

Publicado Ciudad Real, 30 de Octubre de 2023

PROGRAMA NACIONAL DE TECNIFICACIÓN DEPORTIVA TEMPORADA 2023 2º JORNADA – 11/11/2023 – Puertollano

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 SALTO DE LONGITUD – Puertollano (11/11/2023)
- SECTOR LANZ. PESO– Puertollano (11/11/2023)

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 los formularios 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 L. PESO – 11 de NOVIEMBRE de 2023 – PUERTOLLANO

Lugar: Módulo de Especialidades Deportivas Javier Bermejo

Incorporación: a las 10:30 horas

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: Germán Millán Díaz
- Persona contacto FACLM: Macarena Pérez Vargas

Objetivo de la jornada:

- Conocer diferentes ejercicios para el trabajo de propulsión del artefacto.
- Realizar ejercicios para el trabajo giro o trabajo lineal en el lanzamiento.
- Mejorar la técnica de salida del artefacto del círculo (ángulo de salida, altura y velocidad del mismo).

ATLETAS CONVOCADOS:

ATLETA	AÑO	LIC.	CLUB 2023	ENTRENADOR CONVOCADO
CLAUDIA GARRIDO JIMENEZ	2006	AB	UNICAJABANCO-C.A. TOLEDO	Pendiente de confirmación de entrenador con licencia activa RFEA.
JAVIER SANCHEZ PEÑA	2009	AB	C.A. ALBACETE-DIPUTACIÓN	DAVID VALERA LOPEZ
JUAN DIEGO CALVO MOLINA	2006	CR	CUA CIUDAD REAL	MACARENA PÉREZ VARGAS
LUCIA MIGUEL GONZALEZ	2007	CR	CUA CIUDAD REAL	MACARENA PÉREZ VARGAS
MARTA IZQUIERDO MAÑAS	2009	AB	PROARTE CA VILLARROBLEDO	MANUEL FERNANDEZ SEGOVIA
SALVADOR ALARCON JAQUERO	2008	AB	C.A. ALBACETE-DIPUTACIÓN	DAVID VALERA LOPEZ
VICENTE MAYORDOMO RAMÓN	2007	CU	ATLETISMO CUENCA	MIGUEL ANGEL CASTILLO DE LA IGLESIA
VIOLETA SANCHEZ SEGURA	2008	AB	C.A. ALBACETE-DIPUTACIÓN	DAVID VALERA LOPEZ
ATLETAS RESERVAS (en caso de no confirmar atleta y entrenador)				
1º JESUS RAUL CAMPOS GÓMEZ	2006	TO	C.A. PUERTOLLANO	JOSE LUIS TORRES GARCIA
2º CANDELA LÓPEZ SESMERO	2006	TO	UNICAJABANCO-C.A. TOLEDO	IVAN SANCHEZ DIAZ
3º ARIADNA RODRIGUEZ GALVEZ	2007	TO	AD SAN MIGUEL	PEDRO RODRIGO DIAZ

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.

ES OBLIGATORIO CONFIRMAR ASISTENCIA TANTO ATLETA COMO ENTRENADOR ANTES DEL DÍA 3 DE NOVIEMBRE DE 2023.

SECTOR SALTO LONGITUD – 11 de NOVIEMBRE de 2023 – PUERTOLLANO

Lugar: Módulo de Especialidades Deportivas Javier Bermejo

Incorporación: a las 10:30 horas

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: Héctor Sánchez Fernández
- Persona contacto FACLM: Macarena Pérez

Objetivo de la jornada:

- Conocer diferentes ejercicios para el trabajo de la mejora técnica de entrada a la tabla.
- Realizar ejercicios para la mejora del vuelo y caída.
- Realizar ejercicios para saber cómo elegir la técnica más adecuada de vuelo (1'5, 2, extensión) en función de las características de los atletas.

ATLETAS CONVOCADOS:

ATLETA	AÑO	LICENCIA	CLUB 2023	ENTRENADOR CONVOCADO
ALBA GARCIA CARRILLO	2009	GU	C.A. AZUQUECA	CAROLINA CACERES
ALVARO DONOSO VELASCO	2008	CR	CUA CIUDAD REAL	OLALLO L. FERNÁNDEZ LOPEZ
CLAUDIA ROMERO AGUIRRE	2007	CR	CUA CIUDAD REAL	OLALLO L. FERNÁNDEZ LOPEZ
DIEGO GARCIA GARRIDO	2006	AB	C.A. ALBACETE-DIPUTACIÓN	ATANASIO PICAZO GOMEZ
ISMAEL MENGUAL GARRIGUES	2008	AB	C.A. ALBACETE-DIPUTACIÓN	IGNACIO ROSA CUARTERO
LIDIA DIAZ PIÑA	2006	CR	UNICAJABANCO-C.A. TOLEDO	IVAN SANCHEZ DIAZ
RAUL MARTIN MARTIN	2007	GU	C.A. AZUQUECA	CAROLINA CACERES
ZAIRA PALOMO GASCO	2008	TO	UNICAJABANCO-C.A. TOLEDO	MANUEL J. COMINO ALVAREZ
ATLETAS RESERVAS (en caso de no confirmar atleta y entrenador)				
VICENTE BENLLOCH LOPEZ	2008	AB	C.A. ALBACETE-DIPUTACIÓN	JOSE MANUEL CAMBRONERO
ANTONIO ESQUINAS MONTORO	2007	TO	CD PASTOR POETA	ANTONIO SAEZ MEJIAS
MARTA ALMANSA NOTARIO	2006	AB	PROARTE CA VILLARROBLEDO	MANUEL FERNANDEZ SEGOVIA
BELEN PICAZO RUANO	2009	AB	C.A. ALBACETE-DIPUTACIÓN	PASCUAL SERRANO

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.

ES OBLIGATORIO CONFIRMAR ASISTENCIA TANTO ATLETA COMO ENTRENADOR ANTES DEL DÍA 3 DE NOVIEMBRE DE 2023.

HORARIO DE CADA JORNADA

HORARIO	ACTIVIDAD	CONTENIDO ACTIVIDAD
10:30	Recepción de los Entrenadores	Recepción de los Entrenadores por parte del Coordinador de la Concentración
10:30-11:30	Sesión Teórica	Sesión Teórica, dirigida a los Entrenadores invitados, con el entrenador experto responsable de la jornada.
11:00	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)
16:30-18:00	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, 30 de Octubre, 2.023

Departamento de Competición

ANEXO 1:

CONCENTRACIÓN PROGRAMA NACIONAL DE TECNIFICACIÓN DEPORTIVA

Sector: _____

Atleta o Entrenador: _____

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

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

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@faclm.com