

CIRCULAR 57/2023

Área de Competición

Actualizada, a 20 de Noviembre de 2023

Publicado Ciudad Real, 13 de Noviembre de 2023

PROGRAMA NACIONAL DE TECNIFICACIÓN DEPORTIVA TEMPORADA 2023

3º JORNADA – 25/11/2023 – Toledo

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 MEDIO-FONDO – Toledo (25/11/2023)

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 MEDIO-FONDO – 25 de NOVIEMBRE de 2023 – TOLEDO

Lugar: Pistas de Atletismo de la ECEF (Pista Azul de Toledo)

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: Antonio Serrano Sánchez
- Persona contacto FACLM: Jose Antonio Saldaña

Objetivo de la jornada:

- Conocer diferentes ejercicios para el trabajo de la fuerza sin material para corredores de medio-fondo.
- Realizar ejercicios para la corrección técnica de carrera en corredores de fondo (amplitud de zancadas).

ATLETAS CONVOCADOS y ADMITIDOS:

ATLETA	AÑO	LIC.	CLUB 2023	ENTRENADOR CONVOCADO
AITANA PARRA GOMEZ	2007	CR	C.A. MEMBRILLA	PEDRO JULIAN MORENO ALHAMBRA
ALEJANDRO DE NIEVES MARTINEZ	2008	TO	C.A. CUENCA	DAVID VILLAREAL SELLER
DANIEL ESCRIBANO JIMENEZ	2008	CR	C.A. CUENCA	DAVID VILLAREAL SELLER
ELOY SERRANO BORREGO	2007	TO	UDAT TALAVERA	PEDRO RODRIGO DIAZ
JAVIER IBAÑEZ VIZCAINO	2008	AB	C.A. ALBACETE-DIPUTACION	DAVID VALERA LOPEZ
LAURA PEDRAZA GONZALEZ	2008	CU	ATMO. TARANCON	PEDRO RODRIGO DIAZ
MERCEDES SANTOS-OREJON RAMIREZ	2008	CR	VALDEPEÑAS A.C. SISTEMAS VALCOM	PEDRO JULIAN MORENO ALHAMBRA
NADIA LOZANO SANCHEZ	2006	GU	C.A. CUENCA	DAVID VILLAREAL SELLER
NATALIA PALACIOS LOPEZ	2009	AB	C.A. ALBACETE-DIPUTACION	JOSE MANUEL CAMBRONERO
NORA VEISETH MENDEZ	2009	TO	TRAININGREY	FERNANDO REY DE PAZ
SAMUEL SERRANO BORREGO	2006	TO	UDAT TALAVERA	PEDRO RODRIGO DIAZ
VICENTE BENLLOCH LOPEZ	2008	AB	C.A. ALBACETE-DIPUTACION	JOSE MANUEL CAMBRONERO
CARLOS MIGALLON ESTRINGANA	2006	GU	CAUG GUADALAJARA	MARIO PEINADO GARRIDO
DIEGO HERNANDO CARRERA	2009	GU	C.A. CUENCA	JAVIER CAÑADILLAS IMEDIO
RODRIGO MUÑOZ SERRANO	2008	TO	UDAT TALAVERA	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 17 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)
16:30-17:45	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, 13 de Noviembre, 2.023

Departamento de Competición

ANEXO 1:

CONCENTRACIÓN PROGRAMA NACIONAL DE TECNIFICACIÓN DEPORTIVA

Sector: MEDIO-FONDO

Atleta o Entrenador: _____

Fecha de 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@faclm.com