

CIRCULAR 58/2023

Área de Competición

Actualizada a 21 de Noviembre de 2023

Publicado Ciudad Real, 13 de Noviembre de 2023

PROGRAMA NACIONAL DE TECNIFICACIÓN DEPORTIVA TEMPORADA 2023 4º JORNADA – 26/11/2023 – CIUDAD REAL

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 VELOCIDAD – Ciudad Real (26/11/2023)

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 VELOCIDAD – 26 de NOVIEMBRE de 2023 – CIUDAD REAL

Lugar: Polideportivo Rey Juan Carlos

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: Luis Rodríguez Fernández
- Persona contacto FACLM: Macarena Pérez Vargas

Objetivo de la jornada:

- Realizar ejercicios para el trabajo de frecuencia y aceleración en la salida.
- Mejorar la técnica de carrera a través de ejercicios de aplicación a la corrección.
- Conocer diferentes formas que existen de entrega del testigo en las carreras de relevos.

ATLETAS CONVOCADOS Y ADMITIDOS:

ATLETA	AÑO	LIC.	CLUB 2023	ENTRENADOR CONVOCADO
ÁLVARO DONOSO VELASCO	2008	CR	CUA - CIUDAD REAL	OLALLO L. FERNANDEZ LOPEZ
ANA GALVEZ SANTAMARIA	2006	TO	IMAGE FDR	JESUS GALVEZ
DIEGO GARCÍA GARRIDO	2006	AB	C.A. ALBACETE-DIPUTACIÓN	DAVID VARELA
INES GONZALEZ GAMONAL	2006	TO	UNICAJA-C.A. TOLEDO	SANTIAGO M. PATIÑO CARRERAS
JIMENA GALVEZ SANTAMARIA	2008	TO	UNICAJA-C.A. TOLEDO	JESUS GALVEZ
IRENE SERRANO RODRIGUEZ	2008	AB	C.A. ALBACETE-DIPUTACIÓN	PASCUAL SERRANO
LEONARDO MARTÍNEZ ESPÍÑEIRA	2007	TO	C.A. ALBACETE-DIPUTACIÓN	DAVID VARELA
MARINA CLEMENTE OLIVARES	2007	AB	C.A. ALBACETE-DIPUTACIÓN	OSCAR ROSA CASANOVA
MARTA ALMANSA NOTARIO	2006	AB	PROARTE VILLARROBLEDO	MANUEL FERNANDEZ SEGOVIA
PABLO CALONGE VALCÁRCEL	2007	AB	C.A. ALBACETE-DIPUTACIÓN	JOSE MANUEL CAMBRONERO
FATOUmata DIARRA DIARRA	2006	TO	UNICAJA-C.A. TOLEDO	SANTIAGO M. PATIÑO CARRERAS
ANGELA MARTINEZ CAMPOS	2008	AB	C.A. ALBACETE-DIPUTACIÓN	ATANASIO PICAZO

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)
16:30-18:00	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, 13 de Noviembre, 2.023

Departamento de Competición

ANEXO 1:

CONCENTRACIÓN PROGRAMA NACIONAL DE TECNIFICACIÓN DEPORTIVA

Sector: Velocidad

Atleta o Entrenador: _____

Lugar 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