

## CIRCULAR N° 101 / 2022

03/11/2022

### JORNADAS PROGRAMA NACIONAL DE TECNIFICACIÓN DEPORTIVA 2022

#### - A todos los estamentos

**Artículo 1. Preámbulo.** La Federación Extremeña de Atletismo, desarrollando el Programa Nacional de Tecnificación Deportiva (PNTD) para 2022 de la Real Federación Española de Atletismo organizará las siguientes Jornadas de Formación Técnica de Especialización y Seguimiento del sector de velocidad con atletas y sus entrenadores.

**Artículo 2. Participación.** A estas jornadas asistirán atletas Sub 16 y Sub 18 que sean convocados y sus respectivos entrenadores de manera conjunta obligatoriamente (ambos con licencia vigente de atletismo, ya sea autonómica o nacional).

**Artículo 3. Confirmación.** La confirmación de asistencia por parte de atletas y entrenadores debe ser antes del martes anterior a cada jornada enviando un mail a [areadeportiva@atletismo-ext.com](mailto:areadeportiva@atletismo-ext.com)

**Artículo 4. Objetivo.** Conocer el tipo de trabajo técnico dependiendo de la edad, así como la programación del mismo.

**Artículo 5. Programación.** Unos días antes de cada jornada, se enviará un mail a los asistentes confirmando el horario y la programación específica de la jornada.

#### Artículo 6.

PRUEBA	FECHA	INSTALACION	TECNICO DESIGNADO
Velocidad	19 de noviembre	Ciudad deportiva de Cáceres	Esther Laoz

#### Artículo 7. Sede.

Parte teórica: Residencia Muñoz Torrero

Parte Practica: Centro nacional de tecnificación deportiva de Cáceres (ciudad deportiva)

#### Artículo 8. Horario.

Horario	Actividad	Contenido actividad
09:45	Recepción de entrenadores	Recepción de entrenadores por parte del coordinador de la actividad
10:00 a 11:15	Sesión Teórica	Sesión teórica, dirigida a los entrenadores invitados, con el técnico experto responsable de la Jornada. Los contenidos que se abordarán son los previamente pactados, en función de la programación anual correspondiente
11:15	Recepción de atletas	Recepción de los atletas por parte del coordinador de la actividad.
11:30 a 13:30	Sesión entrenamiento.	Sesión de entrenamiento 1, donde se abordará la aplicación práctica de los contenidos de la sesión teórica inicial.
14:00 a 15:30	Comida y descanso	
15:30 a 16:45	Charla motivacional	Charla motivacional o charla con contenidos de formación complementaria.
17:00 a 18:30	Sesión entrenamiento 2	Sesión de entrenamiento 2 con ampliación de los contenidos programados o contenidos complementarios (con o sin deportista invitado).
18:30	Fin de la actividad.	Fin de la actividad y despedida de los participantes por parte del coordinador.

## Artículo 9. Atletas y entrenadores convocados.

Año	Atleta	Club	Entrenador
05	David García Zurita	At. Badajoz	Luis Carretero
06	Jorge Hernández Gomez	At. Badajoz	Luis Carretero
06	Sergio Fernández García	At. Badajoz	Alejandro Carranza
06	Mario Galán Cruces	At. Mitreo	Alejandro Carranza
06	Carla Muñoz Monago	At. Mitreo	Alejandro Carranza
06	Paula Simón Sánchez	At. Mitreo	Raúl Romero
06	Gloria Valverde Henao	Campo Arañuelo	Raúl Romero
05	Clara Miguel Alcón	Esc. At. Plasencia	Juan Antonio Sánchez
07	Nora Rufo Martín	Esc. At. Plasencia	Juan Antonio Sánchez
07	Carmen M. González	At. Badajoz	Luis Carretero
07	Jose Ángel Píriz Márquez	At. Olivenza	Antonio L. Pacheco
07	David Falcón Bermejo	At. Badajoz	Luis Carretero
07	Raquel Araujo Sevillano	At. Almendralejo	
07	Hugo Coscaron Lorenzo	Esc. At. Plasencia	Juan Antonio Sánchez

## Artículo 10. Coordinador de la jornada. Luis I Carretero García – Doncel.

EL SECRETARIO GENERAL

Fdo: Juan Antonio Sánchez Aparicio