

**CIRCULAR N° 108/ 2023**

**02/11/ 2023**

**JORNADAS PNTD de Velocidad y Vallas**

**A todos los interesados.**

**Art 1º.- Preámbulo.** La Federación Extremeña de Atletismo y la Real Federación Española de Atletismo (RFEA), desarrollando el Programa Nacional de Tecnificación Deportiva (PNTD) para 2023 de la RFEA, organizarán las siguientes Jornadas de Formación Técnica de Especialización y Seguimiento.

Con la colaboración de la Dirección General de Deportes y del CNTD de la Ciudad Deportiva de Cáceres.

La asistencia es obligatoria entrenador-atleta. Las jornadas son tan importantes, o más, para los entrenadores que para los atletas.

**Artículo 2º.- Lugar y fecha.** Cáceres. CTD Ciudad Deportiva de Cáceres los días 11 de noviembre Velocidad, 12 de noviembre Vallas.

**Artículo 3º. – Entrenador especializado RFEA.**

**Entrenadores responsables y coordinadores de la Jornada.**

**Jornada día 11 de noviembre (Velocidad)**

- **ENTRENADORA ESPECIALIZADA RFEA:** Laura Real Cobo, entrenadora especializada en Velocidad de la RFEA.
- **COORDINADOR DE LAS JORNADAS:** Luis Carretero Garcia-Doncel.

**Atletas y entrenadores convocados:**

Los atletas y entrenadores convocados y participantes en las jornadas, deben estar en posesión de la licencia Nacional por la RFEA.

AÑO	ATLETA	CLUB	ENTRENADOR
06	Jorge Hernández Gómez	Atletismo Badajoz	Luis Carretero García-Doncel
06	Sergio Fernández	Atletismo Mitreo	Alejandro Carranza
06	Mario Galán	Atletismo Mitreo	Alejandro Carranza
09	Enma Reig Mínguez	At Navalmoral – Extremadura	Raúl Romero Segador
06	Gloria Valverde	At Navalmoral - Extremadura	Raúl Romero Segador
07	Ana Sofía Iglesias	E. At Plasencia	José Antonio Sánchez Aparicio

07	Carmen González Fernández	Atletismo Badajoz	Luis Carretero García-Doncel
07	Ania Velázquez Cañada	E. At. Plasencia	José Antonio Sánchez Aparicio
07	Hugo Coscaron	Ea Plasencia	José Antonio Sánchez Aparicio
08	María Gómez Pérez	At Navalmoral - Extremadura	Raúl Romero Segador
08	Eduardo Pérez González	Arte Físico	Remedios Márquez
08	Ángel López Morales	At Badajoz	Luis Carretero
08	Lola Díez Aguza	At Almendralejo	José Antonio Fuentes
08	Juan Manuel Alba González	E.A.Plasencia	José Antonio Sánchez Aparicio

### **Objetivo de la jornada:**

*"Conocer el trabajo técnico de la velocidad en categorías inferiores - Mostrar diferentes tipo de trabajo de técnica de carrera - Conocer diferentes tipos de planificación del trabajo de velocidad - Formar a los entrenadores que van a trabajar en el futuro de la velocidad en Extremadura."*

### **HORARIO ACTIVIDAD CONTENIDO ACTIVIDAD**

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 entrenador especializado RFEA
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	Sesión Teórica	Contenidos de formación complementaria con entrenadores y atletas.  Mesa Coloquio
17:00 a 18:30	Sesión entrenamiento 2	Sesión de entrenamiento 2 con ampliación de los contenidos programados.
18:30	Fin de la actividad.	Fin de la actividad y despedida de los participantes por parte del coordinador.

## Jornada día 12 de noviembre (Vallas)

**Objetivo: Asentar los principios básicos de la técnica de vallas**

- **ENTRENADOR ESPECIALIZADO RFEA:** Ángel Solís Bernardo, entrenador especializado en Vallas de la RFEA.
- **COORDINADOR DE LAS JORNADAS:** Luis Carretero García - Doncel.

### **Atletas y entrenadores convocados:**

Los atletas y entrenadores convocados y participantes en las jornadas, deben estar en posesión de la licencia Nacional por la RFEA.

AÑO	ATLETA	CLUB	ENTRENADOR
09	ISABEL MATEO GORDILLO	CAPEX	José Ángel Rama
09	MARIA HERREZUELO SANTOS	CAPEX	José Ángel Rama
09	CRISTINA SILVESTRE CHAVES	AT BADAJOZ	Ángel Juez Moreno
06	ANGELA DIAZ ALVEZ	CAPEX	José Ángel Rama
06	IRENE RICO MENESES	CAPEX	José Ángel Rama
06	PABLO TERCERO PEREZ	EA PLASENCIA	José Antonio Sánchez Aparicio
06	MARIO SANTOS GARCIA	AT ALMENDRALEJO	José Antonio Fuentes
08	TOMAS PEREZ CREHUET	ARTE FISICO	Remedios Márquez
06	PAULA MANCHON MARTIN	AT ALMENDRALEJO	José Antonio Fuentes

### Objetivo de la jornada:

*"Conocer el trabajo técnico de las vallas en categorías inferiores - Mostrar diferentes tipos de trabajo de valla - Conocer diferentes tipos de planificación del trabajo de vallas - Formar a los entrenadores que van a trabajar en el futuro de las vallas de Extremadura."*

### **HORARIO ACTIVIDAD CONTENIDO ACTIVIDAD**

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. "Principios fundamentales de la técnica de vallas"
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 15:15	Comida y descanso	
15:15 a 16:30	Sesión teórica 2	Contenidos de formación complementaria.
16:30 a 17:45	Sesión entrenamiento 2	Sesión de entrenamiento 2 con ampliación de los contenidos programados ( trabajo de ritmo y trabajo condicionado)
18:00	Fin de la actividad.	Fin de la actividad y despedida de los participantes por parte del coordinador.

**Artículo 4º.** – El delegado de protección y salvaguarda.

- **Luis Carretero Garcia-Doncel.**

**Artículo 5º.** – **Confirmaciones.**

Es requisito la confirmación previa para asistir a la concentración. Todas las personas convocadas deberán confirmar si asistirán o no, antes del domingo 5 de noviembre de 2023 al correo electrónico [areadeportiva@atletismo-ext.com](mailto:areadeportiva@atletismo-ext.com)

La no asistencia deberá ser justificada por escrito en el correo electrónico indicado.

**Artículo 6º.** –**Autorización.** Todos los atletas convocados deben presentar el ANEXO I (autorización Paterna) en el momento de la incorporación a las jornadas.

EL SECRETARIO GENERAL

Fdo: Juan Antonio Sánchez Aparicio

## FEDERACIÓN EXTREMEÑA DE ATLETISMO

### ANEXO I

### MODELO DE AUTORIZACIÓN PATERNA/ MATERNA

(A CUMPLIMENTAR POR EL PADRE, LA MADRE O EL TUTOR/A DE LOS PARTICIPANTES EN LAS JORNADAS DE FORMACIÓN TÉCNICA DE ESPECIALIZACIÓN Y SEGUIMIENTO)

D/D<sup>a</sup> \_\_\_\_\_, con DNI en vigor número \_\_\_\_\_, en mi condición de padre/madre o tutor del atleta convocado por la Real Federación Española de Atletismo junto con la Federación Extremeña de Atletismo: \_\_\_\_\_, con DNI \_\_\_\_\_, en vigor, por la presente AUTORIZO a mi hijo a participar en las Jornadas de Formación, Especialización y Seguimiento PNTD que se celebra en las instalaciones deportivas del CNTD de la Ciudad Deportiva de Cáceres el día 25 de noviembre de 2023.

En \_\_\_\_\_, a \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2023.

Fdo.: \_\_\_\_\_

### OBSERVACIONES

Indicar si el deportista padece alguna enfermedad, patología etc \_\_\_\_\_.

### CONSENTIMIENTOS PARA LA ACTIVIDAD:

- Estoy de acuerdo con que mi hijo/a participe en esta actividad.
- He sido informado/a adecuadamente sobre la actividad, horarios y técnicos responsables que van a cargo de la actividad.
- Confirmando que, de acuerdo con la información de la que dispongo, mi hijo/a no presenta ninguna necesidad médica además de las señaladas. En caso de que se produzca algún cambio en relación con esta materia, autorizo a los responsables de la expedición adoptar las medidas necesarias para el bienestar de mi hijo o grupo durante las actividades.