

CIRCULAR N° 109/ 2023

02/11/ 2023

JORNADAS PNTD de Trail Running y Marcha

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 la 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 el día 25 de noviembre.

Artículo 3º. – Entrenadores responsables y coordinadores de la Jornada.

Jornada día 25 de noviembre (Marcha)

- **ENTRENADOR ESPECIALIZADO RFEA:** Jesús Ángel García Bragado, entrenador especializado en Marcha de la RFEA.
- **COORDINADORA DE LAS JORNADAS:** Remedios Márquez Gregorio.

Atletas convocados:

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

AÑO	ATLETA	CLUB	ENTRENADOR
08	Estela Ortiz Hinojosa	C.A Almendralejo	Jose A. Fuentes
08	Laura García Cortes	At. Mitreo	Alejandro Carranza
08	Paula Megía Candelario	Capex	Juan M. González
08	Raúl Martín Rapado	Arte Físico	Remedios Márquez G.
08	Adrián Casco Roque	C.A Almendralejo	Remedios Márquez G.
07	José Luis González Candelario	Capex	Jose A. Rama

Entrenadores convocados.

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

ENTRENADORES CONVOCADOS:

- Remedios Marquez Gregorio
- Juan Manuel González.
- José Ángel Rama.
- Alejandro Carranza.
- José Antonio Fuentes.

Objetivo de la jornada:

Jornadas para atletas de categoría sub16 y sub18. En la que se trabajara sobre la importancia de insistir en la técnica de la disciplina para la mejora de las marcas. Trabajar con los técnicos asistentes aspectos del trabajo y técnica.

HORARIO ACTIVIDAD CONTENIDO ACTIVIDADES

Horario	Actividad	Contenido actividad
10:00	Recepción de entrenadores	Recepción de entrenadores por parte del coordinador de la actividad
10:15 a 11:30	Sesión Teórica	Sesión teórica, dirigida a los entrenadores invitados, con el entrenador especializado RFEA
11:30	Recepción de atletas	Recepción de los atletas por parte del coordinador de la actividad.
11:45 a 13:45	Sesión entrenamiento.	Sesión de entrenamiento 1, donde se abordará la aplicación práctica de los contenidos de la sesión teórica inicial.
14:15 a 15:30	Comida y descanso	
15:30 a 16:30	Sesión teórica 2	Miguel Perianez, atleta especializado en Marcha, de categoría Master con medallas en Ctos Nacionales e Internacionales. Ponente invitado. Nos hablara de la importancia del entrenador
16:45 a 18:00	Sesión entrenamiento 2	Sesión de entrenamiento 2 con ampliación de los contenidos programados (trabajo de ritmo y trabajo condicionado)
18:15	Fin de la actividad.	Fin de la actividad y despedida de los participantes por parte del coordinador.

Jornada día 25 de noviembre (Trail Running)

- **ENTRENADOR ESPECIALIZADO RFEA:** Rafael Flores Andreu, entrenador especializado en Trail Running de la RFEA.
- **COORDINADORA DE LAS JORNADAS:** Remedios Márquez Gregorio.

Atletas convocados:

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

AÑO	ATLETA	CLUB	ENTRENADOR
06	Oscar Gaitan Morcillo	Atl. Plasencia	J. Antonio Sánchez
06	Víctor Hernández Lucas	Atl. Plasencia	J. Antonio Sánchez
06	Roberto Ambrosio Guillen	Arte Físico	Remedios Márquez G.
06	Carlos Gaitan Morcillo	Atl. Plasencia	J. Antonio Sánchez
06	Iker Flores Hernández	Atl. Plasencia	J. Antonio Sánchez
06	Laura Ordiales Pazos	Arte Físico	Remedios Márquez G.
06	Andrea Buenavida Cotrina	Atl. Vª Alcántara	Manuel Núñez Vivas
06	Marina Patrón Bravo	Arte Físico	Remedios Márquez G.
08	Francisco Pedrosa Plaza	Arte Físico	Remedios Márquez G.
09	Martin González Muñoz	Arte Físico	Remedios Márquez G.
08	Candela Pérez Peña	Mitreo	Alejandro Carranza
10	Carlos Pedrosa Plaza	Arte Físico	Remedios Márquez G.

Entrenadores convocados.

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

ENTRENADORES CONVOCADOS:

- Remedios Marquez Gregorio
- Manuel Núñez Vivas
- Alejandro Carranza.
- José Antonio Sánchez

Objetivo de la jornada:

Jornadas para atletas de categoría sub16 y sub18. En la que se quiere trabajar en la importancia de insistir sobre la técnica para mejora de la modalidad del Trail Running. Trabajar con los técnicos asistentes aspectos de trabajo y técnica del Trail Running.

HORARIO ACTIVIDAD CONTENIDO ACTIVIDADES

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 15:15	Comida y descanso	
15:15 a 16:30	Sesión teórica 2	Cristina Jordan Ordiales (Fisioterapeuta y Nutricionista) ex-atleta Internacional de Extremadura. Ponente invitada. Nos hablara del ENTRENAMIENTO INVISIBLE.
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.

- **Remedios Márquez Gregorio**

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

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

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^a _____, 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.