

CIRCULAR N° 123/ 2021

09/12/2021

CONCENTRACIÓN SECTOR DE SALTOS

- A todos los estamentos

Artículo 1. Preámbulo. La Federación Extremeña de Atletismo, a propuesta del Equipo de Dirección Deportiva, desarrollando el Plan estratégico de Base del Proyecto de Tecnificación Deportiva 2021 de la FAEx, organizará los días 22, 23 y 24 de diciembre una concentración del sector de Saltos para las categorías sub16 y sub18.

Dicho proyecto de tecnificación está subvencionado por la Dirección General de Deportes.

Artículo 2. Lugar y fecha: Villafranca de los Barros los días 22, 23 y 24 de diciembre de 2021.

Artículo 3. Entrenadores convocados.

Responsable de la concentración: José Ángel Rama García (**confirmada**)

Colaborador del sector: Andrés Corralero Domínguez (**ausencia**).

Entrenadores personales: LuíS Mejías Sosa (**confirmada**) Manuel Valentín Ordiales Nieto (**ausencia**) y José A. Fuentes Mena (**ausencia**).

Entrenadores participantes: Podrán asistir otros entrenadores extremeños (con licencia autonómica, nacional o en curso) así como entrenadores sin titulación oficial que lo deseen previa solicitud al área deportiva y sufragándose alojamiento y manutención. Se admitirá por exclusivamente el orden de inscripción y de cumplimiento de las indicaciones que le demos por correo para terminar su proceso de tramitación.

Participante: Manuel Casco Sánchez

Artículo 4. Atletas convocados.

Atletas referentes del plan estratégico de alto rendimiento del proyecto de tecnificación de la FAEx:

- Samira Zarholoul Sánchez (**ausencia**)
- Raúl Fernández Guzmán (**Confirmada**)

Atletas del plan estratégico de base convocados:

Atletas convocados sub16:

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Blanca Barroso Plata. | At Almendralejo. (confirmada) |
| <input type="checkbox"/> Julia Martín Guisado. | At Don Benito. (confirmada) |
| <input type="checkbox"/> Gloria Valverde Henao. | At Campo Arañuelo. (ausencia) |
| <input type="checkbox"/> Raúl Contador Caballero. | CA Mitreo. (confirmada) |

- Mario Santos García. At Almendralejo. **(confirmada)**

Atletas convocados sub18:

- Lucía Vicente Barroso. CAPEX. **(confirmada)**
- Adriana Magariño Martín. At Campo Arañuelo. **(ausencia)**
- Alex Borrego Merchán. CA Mitreo. **(confirmada)**
- Juan Calderón González. CAPEX. **(confirmada)**
- Javier Galet Ávalo. Arte Físico. **(confirmada)**
- Ana Victoria Antúnez García . At. Badajoz. **(ausencia)**

Atletas participantes: Podrán asistir otros atletas extremeños Sub16-18 no convocados (con licencia autonómica o nacional) hasta cubrir plazas de bus o de hotel que lo deseen, previa solicitud al correo del área deportiva y sufragándose los gastos de alojamiento y manutención. Se admitirá por exclusivamente el orden de inscripción y de cumplimiento de las indicaciones que le demos por correo para terminar su proceso de tramitación.

Atleta participante: Ángela Díaz Alvez

Artículo 5. Normas.

- Los atletas deben llevar toda la ropa de la selección que dispongan.
- Los atletas deben llevar zapatillas de clavos y de entrenamiento.
- Entregar al responsable de la concentración la autorización cumplimentada y firmada.
- Cumplir todas las medidas COVID-19.
- Descansar adecuadamente por las noches, cumpliendo las horas indicadas por los entrenadores.
- En caso de no tener el comportamiento adecuado para una concentración, se llamará a los padres para que vengán a recoger al atleta implicado.

Artículo 6. Plan de trabajo.

Objetivos de la concentración:

- Generar nuevas emociones y estímulos en los atletas para evitar el abandono.
- Profundizar en sistemas de entrenamiento actuales de saltos.
- Dar a conocer el trabajo de prevención de lesiones.
- Debatir sobre aspectos claves para que los atletas lleguen a categoría sub23-senior.
- Analizar la mecánica de la carrera y de cada especialidad de saltos.
- Crear sinergias positivas entre todos los entrenadores extremeños.

Contenidos a trabajar:

Miércoles 22 diciembre:

Tarde:

- Mecánica de la carrera. Ejercicios de aplicación técnica.
- Mesa Redonda: La cadera, rodilla y el pie en la mecánica del movimiento.

Jueves 23 diciembre:

Mañana:

- El trabajo de fuerza. Los saltos pliométricos.
- Trabajo de enseñanza de cada especialidad de Salto.
- Mesa Redonda: Perfil Fuerza-Velocidad.

Tarde:

- Estabilizadores.
- Trabajo de enseñanza de cada especialidad de Salto.
- Mesa Redonda: planificación del entrenamiento.

Viernes 24 diciembre:

Mañana:

- Movilidad y equilibrio.
- El trabajo de fuerza y transferencias
- Trabajo de enseñanza de cada especialidad de Salto.
- Mesa Redonda: temática libre.

Artículo 7. Plan de viaje y concentración.

IDA. Miércoles 22 diciembre:

- Los atletas y entrenadores deben desplazarse hasta el lugar de la concentración en coche u otros medios de transporte. Justificándolo como indica la normativa para su abono.
- Los atletas y entrenadores están convocados a las 16.30h en el alojamiento.
- Los entrenamientos comenzarán a las 17.00h.

REGRESO. Viernes 24 diciembre:

- La concentración termina a las 13.00 h.
- Los atletas y entrenadores regresan en coche u otros medios de transporte. Justificándolo como indica la normativa para su abono.

Artículo 8. Alojamiento: Hotel Diana. Pl. Juan Carlos I, 1, 06220, Villafranca de los Barros (Badajoz).

Artículo 9. Confirmaciones. Es requisito la confirmación previa para asistir a la concentración. Todas las personas convocadas deberán confirmar si asistirán o no, antes del domingo 12 de diciembre de 2021 al correo electrónico areadeportiva@atletismo-ext.com. La no asistencia deberá ser justificada por escrito en el correo electrónico indicado.

Art. 10º.- Autorización. Desde el momento en que se confirma la asistencia a la competición se entiende que los atletas lo hacen con autorización paterna.

EL SECRETARIO GENERAL

Fdo: Juan Antonio Sánchez Aparicio

ANEXO I CONCENTRACIÓN SECTOR SALTOS AUTORIZACIÓN MENORES

D./Dña. _____
mayor de edad, con DNI/NIE nº _____ en calidad de padre/madre/ representante
legal (subrayar lo que proceda) del menor _____

AUTORIZO:

- 1) A la asistencia a dicha actividad, asumiendo la responsabilidad de cualquier acto, incidencia o accidente en que pudiera estar implicado durante el desplazamiento realizado para esta actividad y acepto que por una falta disciplinaria, sea expulsado de la convocatoria.
- 2) A que sea atendido por médicos o fisioterapeutas en caso necesario en beneficio de la salud de mi hijo/a.
- 3) Que los resultados de las pruebas complementarias u otra información necesaria se trasmita a las personas u organismos deportivos manteniéndose siempre la máxima confidencialidad.
- 4) Y consiento expresamente a la Federación Extremeña de Atletismo a utilizar gratuitamente la imagen de mi hijo/a captada en fotografías y grabación de video; siendo las imágenes tomadas exclusivamente durante el desarrollo de las concentraciones, entrenamientos, entrevistas y cualesquiera otros eventos relacionados con la actividad deportiva y respetando en todo momento la dignidad y honor personal del menor, para su reproducción, edición, distribución, transformación y comunicación pública en cualquier medio de comunicación, escrito y/o audiovisual, electrónico, digital, en Internet presente y futuro, en particular, pero sin estar limitado a ello en los medios oficiales de la FAEx y de sus patrocinadores.

En caso de emergencia contactar con:

- Nombre y apellidos _____
Relación _____ Teléfonos de contacto _____
- Correo electrónico _____
- Observaciones: _____
- Especificar si su hijo-a tiene alguna alergia, debe seguir algún tipo de alimentación especial, debe utilizar alguna medicación o cualquier otra información que considere relevante tener en cuenta.

En _____ a _____ de _____ de 2021

Firmado: _____