

CIRCULAR Nº 15/17

06 de Marzo de 2017

ASUNTO.....: 1ª Concentración infantiles y cadetes

DESTINO.....: Clubes Andaluces

Estimados amigos/as:

Por medio del presente se comunica los palistas convocados para la primera concentración de seguimiento de infantiles y cadete.

Sin otro particular, un cordial saludo

Jesús Buzón Barba
Secretario General



Fecha	Sábado y domingo 11 y 12 de marzo	Lugar	C.E.A.R. La Cartuja
Hora	9:30	Duración	Jornada y media
Técnico Responsable	Bayo Costa, Noelia Moreno Cordero, Pablo		
Destinatarios	Palistas pertenecientes a la categoría Infantil y Cadete		
Objetivos	<ul style="list-style-type: none">• Comprobar el estado de forma sobre 3000m (Infantil) y 5000m (Cadetes)• Analizar la Distribución del Esfuerzo sobre 3000m (Infantil) y 5000m (Cadetes)• Identificar los principales errores técnicos.• Aplicar los conocimientos adquiridos en entrenamiento.		
Contenidos	<ul style="list-style-type: none">• 1 Test x 3000m (Infantiles).• 1 Test x 5000m (Cadetes).• Filmación en Vídeo y posterior Análisis.• Análisis de la Distribución del Esfuerzo.• Entrenamiento técnico en agua y en seco.		

- Los palistas convocados serán elegidos según los criterios mencionados en las normas de convocatoria del CTDA .
- Siendo convocados a esta primera concentración aquellos palistas que hayan cumplido con los siguientes criterios:
 - Resultados en el Campeonato de Andalucía de larga distancia.
- Los palistas deberán confirmar su asistencia por correo electrónico (**fapira@fapira.com**) **antes de las 21:00h del Martes 7 de Marzo**, adelantando la autorización por correo electrónico y entregando en mano al Técnico Responsable el modelo de autorización que se puede descargar de la página web www.fapira.com. Aquellos palistas que no confirmen su ausencia o confirmen su asistencia y no asistan, no volverán a ser convocados.

- Para el desarrollo de la Concentración se precisará la colaboración de 4 técnicos, los técnicos interesados en participar en la misma deberán de confirmarlo a través del correo electrónico fapira@fapira.com.

CONVOCADOS

Modalidad	Palista	Club
Hombre Kayak Cadete A	Relinque Sánchez, Alejandro	Kayak Torneo
	Rebollo Fernández, José A.	C. Mercantil
	García Fernández, Manuel	C. N. Sevilla
	Díaz Gómez, José Julio	C. Mercantil
Hombre Kayak Cadete B	Reyes Díaz, Gonzalo	Kayak Torneo
	Sánchez Díaz, Manuel Jesús	Kayak Torneo
	Alonso Zafra, Alejandro	C.D.P. Tartessos
	Torrescusa Márquez, Fco. José	C.D.P. Tartessos
Mujer Kayak Cadete A	Alonso Godoy, Alba María	C. N. Sevilla
	Pérez Aranda, Mercedes	R. C. M. Huelva
	Machuca Fdez-Ballesteros, Blanca	C. N. Sevilla
Mujer Kayak Cadete B	Machado de Miguel, Concepción	Kayak Torneo
	Campos Lara, Cinta	C. D. P. Tartessos
	Márquez de la Plata Blásco, Paula	Kayak Torneo
	Rovira Lozano, Elena	R.C.M. Huelva
Hombre Canoa Cadete A	G ^a de la Borbolla Yaque, Cayetano	C. N. Sevilla
	Ortíz Pajuelo, Miguel	C. N. Sevilla
	González Smith, Ignacio	C. Mercantil
Hombre Canoa Cadete B	Ogazón Rodríguez Taberner, Juan C.	C. Mercantil
	Ruíz Novo, Juan I.	C. N. Sevilla
	Gallo Obrero, Juan	C. N. Sevilla



Mujer Canoa Cadete	Lopez Castro, Isabel	C. Mercantil
Hombre Kayak Infantil A	Benítez Ramos, Fco. Javier	C. P. Algeciras
	Carrasco Palma, Javier	C. D. P. Tartessos
	García Pajares, German	C. N. Sevilla
Hombre Kayak Infantil B	Solís Palomo, José Miguel	C. Mercantil
	García Ruíz, Carlos	Kayak Torneo
	Pérez Aranda, Enrique	R.C.M. Huelva
Mujer Kayak Infantil A	García Dominguez, Lucía	C.D.P. Tartessos
	Machado de Miguel, M ^a del Rosario	Kayak Torneo
	Martín Luna, Lorena	Kayak Torneo
	Perez Ramirez Cruzado, Cristina	R.C.M. Huelva
Mujer Kayak Infantil B	Hermoso Macho, Miriam	C.Mercantil
	Barrios Dominguez, Daniela	R.C.M. Huelva
	Ramos Gil, Veronica	C.P. Punta Umbría
	Grondona Nuño, Lucía	C.A.N. Eslora
Hombre Canoa Infantil A	Ortíz Pajuelo, Pedro	C.N. Sevilla
	Gomez Heredia, Miguel	C.N. Sevilla
	Nuñez Jimenez, Ignacio	C.Labradores
Hombre Canoa Infantil B	Trigo Fernandez, Pablo	C.N. Sevilla
	Franco Friazza, Segundo	Kayak Torneo
Mujer Canoa Infantil	Hermoso Macho, Ana I.	C.Mercantil



PROGRAMA

HORA	PROGRAMA
SÁBADO	
9.30	Recepción de palistas, presentación de la actividad y personal, reparto de habitaciones.
10.00	1ª sesión de agua. Primer contacto en un entreno de adaptación al agua y grabación de los palistas de forma libre.
11.00	Descanso.
11.15	Charla sobre el desarrollo del control a realizar de 5.000 o 3.000.
11.40	Realización del control.
12.40	Charla con exposición de resultados y correcciones interesantes.
13.30	Almuerzo y descanso.
14.00	Sesión en agua.
18.00	Creación de grupos y pasar por talleres de Kayakergometro (tecnificación), gimnasio (orientación para la realización del trabajo en gimnasio y seco) y visualización de videos (indicaciones técnicas-Tácticas).
20.00	Regreso a habitaciones y preparación para la jornada del día siguiente.
21.00	Cena.
22.00	Regreso a dormir.
DOMINGO	
9.00	Recepción de palistas y desayuno.
10.00	Charla sobre el desarrollo del control de 1.000 m.
10.20	Control sobre la distancia de 1000m
11.30	Ducha y recogida de habitaciones.
12.15	Charla sobre resultados obtenidos en el test. (Por grupos)
13.00	Almuerzo.
14.00	Visualización de videos y contenido relevante sobre los campeonatos a afrontar. (Como competimos).
15.00	Despedido y cierre de la concentración.

DICHO PROGRAMA ES ORIENTATIVO Y PUEDE VERSE ALTERADO EN FUNCIÓN DE LAS NECESIDADES QUE PUEDAN SURGIR.