



CONVOCATORIA CONCENTRACIÓN ALEVÍN- BENJAMÍN

PLAN DE SEGUIMIENTO DE LA FEDERACIÓN EXTREMEÑA DE NATACIÓN

ACTIVIDAD: 1ª CONCENTRACIÓN ALEVÍN

LUGAR: CNTD “Ciudad Deportiva de Cáceres”. Piscina de 25 metros y 6 calles. Cáceres.

FECHAS: 23 y 24 Noviembre de 2019.

CONVOCATORIA:

ALEVÍN MASCULINO		
NADADOR	AÑO NACIMIENTO	CLUB
CHAPARRO AMADO, HUGO	2007	C.N. CÁCERES DELFINES
COLCHÓN SAYAVERA, PEDRO	2006	C.N. ALMENDRALEJO
GARCÍA RODRÍGUEZ, ALEJANDRO	2006	C.N. MÉRIDA
GORDILLO LLANOS, AGUSTÍN	2007	C.N. ALMENDRALEJO
GRACIA NÚÑEZ, MAURO	2006	C.N. EL PERÚ CÁCERES
HORTA GONZÁLEZ, PEDRO	2006	C.N. MÉRIDA
MARCELO MERCHÁN, HUGO	2006	C.N. CÁCERES DELFINES
MÁRQUEZ VÁZQUEZ, DANIEL	2007	C.N. MAIMONA
PÉREZ MORÁN, JUAN JOSÉ	2006	C.N. ALMENDRALEJO
SALAZAR JIMÉNEZ, JUAN DAVID	2006	C.N. EL PERÚ CÁCERES
VERA BLANCO, VÍCTOR	2006	C.N. BADAJOZ
VÍLchez MORENO, FRANCISCO JAVIER	2006	C.N. BADAJOZ

ALEVÍN FEMENINO		
NADADOR	AÑO NACIMIENTO	CLUB
AMARILLA ABAGA, VERÓNICA	2008	C.N. EL PERÚ CÁCERES
FLECHA SÁNCHEZ, MIRIAM	2007	C.N. ALMENDRALEJO
LOBO CONDE, LEIRE	2007	C.N. MÉRIDA
LÓPEZ PÉREZ, LAURA	2007	C.N. ALMENDRALEJO
PEÑA LÓPEZ, OLALLA	2007	C.N. PLASENCIA
PÉREZ HIGUERAS, ANA	2008	C.N. EL PERÚ CÁCERES
RODRÍGUEZ CAYETANO, LOLA	2007	C.N. BADAJOZ
RODRÍGUEZ JARA, CARLA	2007	C.N. EL PERÚ CÁCERES
RUBIO CASCOS, CLAUDIA	2007	C.N. EL PERÚ CÁCERES
SÁNCHEZ DÍEZ, MARTA	2007	C.N. PLASENCIA
SIERRA RODRÍGUEZ, GUADALUPE	2008	C.N. LARES
VALENCIA VIZUETE, CARMEN	2007	C.N. BADAJOZ



BENJAMÍN MASCULINO		
NADADOR	AÑO NACIMIENTO	CLUB
GARCÍA URBANO, SERGIO	2008	C.N. MAIMONA
VÍLCHEZ MORENO, GONZALO	2008	C.N. BADAJOZ

BENJAMÍN FEMENINO		
NADADOR	AÑO NACIMIENTO	CLUB
BASTERRA FERNÁNDEZ, ARANTXA	2009	C.N. MÉRIDA
SANTIAGO FERNÁNDEZ, BERTA	2009	C.N. PLASENCIA

Nota: Los Nadadores deberán llevar material habitual de entrenamiento para las sesiones establecidas.





GRUPO DE SEGUIMIENTO:

Sólo se hará una convocatoria para cada temporada, pudiéndose incluir algún nadador más durante la temporada según criterio técnico. También, podrán ser expulsados del grupo de seguimiento por falta de actitud y mal comportamiento, tanto en las concentraciones como en el club de origen.

Las jornadas de entrenamiento estarán orientadas a la adquisición tanto de habilidades técnicas como de los contenidos de trabajo físico dentro de las posibilidades de esta categoría.

Este tipo de jornada de trabajo tiene como objeto hacer un seguimiento de cada nadador, además de formar tanto técnicamente, como potenciar al nadador a nivel físico.

Todos los entrenadores responsables de esta categoría (categoría alevín) estarán invitados, aún sin tener ningún nadador de su club, acudiendo de manera voluntaria a estas jornadas (Si un nadador es convocado, es obligatoria la asistencia de un técnico del club), con el fin de que adquieran las herramientas necesarias propuestas en estas jornadas, de cara a mejorar los programas de estas categorías en sus clubes de origen, y de interactuar con los técnicos del centro, promoviendo el intercambio de información y el acercamiento al programa de tecnificación a los distintos clubes.

Se solicita a los técnicos asistentes que entreguen rellena una ficha que se facilitará durante esta semana, en la que se recogerá información completa del funcionamiento de los grupos benjamín y alevín en cada club.

CRITERIOS SELECCIÓN:

Los criterios seguidos son los marcados en el Programa de Seguimiento de la categoría Alevín y Benjamín.

Para el **grupo alevín**, se realizará un sumatorio de **puntuación FINA de las pruebas de referencia (200 estilos y 400 libres) nadadas en la Liga JUDEX de la presente temporada***, y las 7 mejores nadadoras del 2007, las 3 mejores nadadoras del 2008 y los 7 mejores nadadores del 2006, junto con los 3 mejores nadadores del 2007, serán seleccionados.

*Si no se hubiera nadado alguna de las pruebas antes de la primera concentración, se realizará convocatoria con el resultado de la temporada anterior. Para los años 2008 femenino y 2007 masculino, si no se hubiera nadado el 400 libre en la presente temporada, se realizará convocatoria del 200 libre de la temporada anterior.

Para el **grupo benjamín**, se realizará un sumatorio de **puntuación FINA de las 5 mejores pruebas nadadas en la JUDEX de la temporada anterior**, y los nadadores y nadadoras con las 2 mejores puntuaciones, serán seleccionados.

Se convoca a los 24 nadadores y hasta un total de 28, son propuestos por la Dirección Técnica.



PROGRAMA DE ACTIVIDADES

FECHA	LUGAR	ACTIVIDAD AGUA	ACTIVIDAD SECO
22-23 DICIEMBRE	CÁCERES	Detección de errores y corrección. Nadar bien. Entrenamiento Aeróbico (ICS) Salidas y virajes	Circuitos CORE Circuito fuerza resistencia

DESARROLLO DE LA JORNADA DE SEGUIMIENTO

SÁBADO 23 NOVIEMBRE

- **9:45: INCORPORACIÓN A LA CONCENTRACIÓN** (Reparto de habitaciones)
- 10:00 a 12:00 horas. Entrenamiento en piscina. Sesión dirigida por Santiago Veiga (Responsable de Equipos Nacionales Jóvenes)
- 12:00 a 13:00 horas. Ponencia de Santiago Veiga (Responsable de Equipos Nacionales Jóvenes)
- 16:00 a 17:30 horas. Entrenamiento en piscina. Sesión dirigida por Santiago Veiga (Responsable de Equipos Nacionales Jóvenes)
- 18:00 a 19:00 horas. Entrenamiento en Gimnasio.

DOMINGO 24 NOVIEMBRE

- 9:00 a 11:00 horas. Entrenamiento en piscina.
- **11:30 horas: FINALIZACIÓN DE CONCENTRACIÓN**

EQUIPO TÉCNICO:

Rafael Castellano Jiménez, Director Técnico F.E.N. (Entrenador Responsable).

Sergio Mógica Estévez, segundo entrenador y preparador físico del CNTD.

Teléfono de contacto de responsable:

Director Técnico F.E.N: Rafael Castellano Jiménez–Telf: 657-395390



Queremos darle nuestra más sincera enhorabuena por haber sido seleccionado su hijo/a como integrante del Programa de Seguimiento Alevín- Benjamín de la Federación Extremeña de Natación para la temporada 2019-20.

Por tal motivo, deseamos lo autorice para asistir a la Piscina Climatizada “Ciudad Deportiva” del C.N.T.D. de Cáceres para participar en la I Concentración del Programa de Seguimiento Alevín, a celebrar los días 23 y 24 de noviembre de 2019. Esta actuación está incluida dentro del Plan de Tecnificación de la Federación Extremeña de Natación

D./^a. _____

Padre, Madre, o Tutor legal de: _____

AUTORIZO:

A mi hijo/a para que salga a realizar actividad deportiva organizada por la Federación Extremeña de Natación para la que ha sido seleccionado/a acompañado/a del Personal Técnico, eximiendo a esta F.E.N. y en su caso al departamento técnico de cualquier responsabilidad derivada de la negligencia o desobediencia de mi hijo/a.

En Badajoz, a 23 de noviembre de 2019

Firmado: _____

Padre, Madreo Tutor

D.N.I. _____

1. Este Documento es imprescindible para formar parte de la Concentración.
2. La entrega del Documento debe realizarse en el momento de Incorporación a la Concentración o como mínimo, un día antes, vía correo electrónico.
3. La **AUSENCIA NO JUSTIFICADA EN ESTA CONVOCATORIA SUPONDRÁ EXCLUSIÓN DEL/DE LA DEPORTISTA DEL GRUPO PARA LAS FUTURAS CONVOCATORIAS.**
4. **SE RECUERDA QUE ES OBLIGATORIA LA PRESENCIA DE UN ENTRENADOR DEL CLUB, EN AL MENOS UNA DE LAS SESIONES.** EN CASO DE INCOMPARENCIA DEL TÉCNICO, SUS NADADORES NO PODRÁN DISFRUTAR DE LA CONCENTRACIÓN.