



FEDERACIÓN DE ATLETISMO DE LA REGIÓN DE MURCIA

(ENTIDAD DE UTILIDAD PÚBLICA)

CIRCULAR 048/2021

30 de abril de 2021

JORNADA DE TECNIFICACIÓN-COMPETICIÓN DEPORTIVA FAMU SALTO CON PÉRTIGA

Esta federación, a propuesta del responsable técnico Juan Carlos Abellán Barnés y adjunto Juan Alfonso García Roca, organiza la presente convocatoria de tecnificación-competición.

FECHA: 07 de MAYO 2021

LUGAR: Centro de Tecnificación Deportiva "Infanta Cristina"

HORARIO: VIERNES de 17:00 a 20:30 horas

ORGANIZA: FAMU

CATEGORÍA: de SUB-16 hasta ABSOLUTO

PARTICIPANTES: 6 invitadas en mujeres y 6 en hombres por los responsables de Pértiga como máximo.

NORMAS OBLIGATORIAS:

- Los atletas deberán presentar DNI en la entrada de la instalación.
- Los Acompañante no podrán acceder a la instalación y los entrenadores deberán presentar su DNI a la entrada de la instalación.
- Todos deberán mantener la distancia de seguridad y llevar mascarilla.
- Será de obligado cumplimiento el Protocolo Básico de Prácticas Responsables y Plan de Contingencias.

PLANIFICACIÓN:

17.00 a 17.30 horas: PRESENTACIÓN, CALENTAMIENTO

17.30 a 18.00 horas: Trabajo gimnástico y de técnico en gimnasio

18.00 a 18.30 horas: TECNIFICACIÓN DE PÉRTIGA

18.30 a 20.30 horas: COMPETICIÓN PÉRTIGA

Calentamiento y ejercicios técnicos. Estos ejercicios los dirigirán los responsables de pértiga.

Cadencia listones:

Mujeres: 2.00-2.20-2.30-2.40 y de 10 en 10 cms

Hombres: 2.60-2.80-3.00-3.20 -3.30 y de 10 en 10 cms

ATLETAS INVITADAS:

VICTORIA MAS PÉREZ

PAULA PARDO GARCÍA

DIANA KULAK

JULIETA GARCÍA CONTE

CRISTINA ESTEBAN HUSILLOS

LISA FLOR MARIE GUERRERO

ATLETAS INVITADOS:

JUAN MIGUEL CONESA CERÓN
JOSE ANTONIO GÁLVEZ MOMPEÁN
PEDRO MALDONADO ALBALADEJO
SERGIO JORNET LIESA
PABLO DÍAZ MORALES

.....
.....

ENTRENADORES INVITADOS:

Estarán invitados los entrenadores de los atletas convocados que podrán dirigir a sus atletas durante el control.

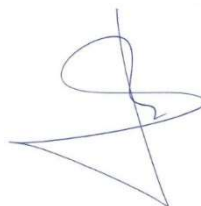
Se ruega confirmar asistencia antes del MIÉRCOLES 5 MAYO a las 14:00 horas por correo electrónico al responsable del sector, Juan Carlos Abellán: jc.abellan@hotmail.com

En Murcia, a 30 de abril de 2021

Vº Bº



Fdo. José García Ros
Director Técnico FAMU
direcciontecnica@famu.es



Fdo. Antonio Jesús Bermúdez Cutillas
Secretario General FAMU
secretaria@famu.es / carreras@famu.es