



FEDERACIÓN DE ATLETISMO DE LA REGIÓN DE MURCIA

(ENTIDAD DE UTILIDAD PÚBLICA)

CIRCULAR 032/2023

16 de marzo de 2023

CONVOCATORIA JORNADA TECNIFICACIÓN DEPORTIVA FAMU TALENTO OLÍMPICO FONDO – CAMPO A TRAVÉS (14-15 / Abril / 2023)

Esta federación, a propuesta del responsable técnico José Lucas Carrillo, organiza la presente jornada de tecnificación, para la cual se convoca a los atletas que se indican. También se invita a sus entrenadores personales, con licencia FAMU.

FECHA: 14-15 de Abril 2023

LUGAR: CAR Región de Murcia

HORARIO: Viernes de 17:00 a 20:30h. / Sábado de 10:30 a 18:00h.

OBJETIVOS:

- Tomar contacto con los deportistas practicantes de esta disciplina.
- Potenciar relación entre atletas de la disciplina y futuras selecciones autonómicas.
- Apoyar, si así lo demandan, el trabajo de los entrenadores.
- Atender las demandas de cualquier entrenador/a o deportista interesado en la especialidad.

PROGRAMACIÓN:

Viernes 14 de Abril

17:00h. Recepción de atletas, acomodo en las habitaciones.

17:30h. – 18:30h. Charla técnica "Entrenamiento invisible".

18:45h. Entreno de rodaje cómodo.

21:00h. Cena.

Sábado 15 de Abril

8:45h. Desayuno

10:30h. Sesión técnica en pista de atletismo de San Javier: "Trabajo control de carga de entrenamiento a través de la FC".

13:30h. Comida.

16:30h. Charla técnica "Eficiencia de la zancada en carreras de fondo".

18:00h. Fin de concentración.

ATLETAS CONVOCADOS:

CRISTINA DÁVILA ORTIZ

FÁTIMA HERNÁNDEZ BOGAO



FEDERACIÓN DE ATLETISMO DE LA REGIÓN DE MURCIA

(ENTIDAD DE UTILIDAD PÚBLICA)

AINHOA CILLER GIMÉNEZ
MARTA CRESPO MARÍN
ROCÍO MOROTE VALENZUELA
JIMENA MOLINA GÓMEZ

JESÚS ARROYO GÓMEZ
MARCOS ESPARCIA MORENO
ALFONSO SÁNCHEZ RUIZ
JUAN FRANCISCO ORTIGOSA FELIPE
JAVIER GARCÍA BERNABÉ

NOTAS IMPORTANTES:

Cualquier entrenador, con licencia FAMU, no incluido en esta convocatoria interesado en asistir queda invitado previa comunicación al correo abajo indicado.

Atletas no convocados de la especialidad, con Licencia FAMU, interesados en asistir pueden solicitarlo, siempre bajo disponibilidad de plazas en el CAR y decisión técnica, al correo abajo indicado.

Se ruega confirmar asistencia antes de las 14 horas del sábado 1 de abril al correo joselucascarrillo1978@gmail.com, indicando nombre, DNI y número de teléfono, Club y población.

En Murcia, a 16 de marzo de 2023.

Vº B



Fdo. Pruden Guerrero Cruz
Presidenta FAMU