



FEDERACIÓN DE ATLETISMO DE LA REGIÓN DE MURCIA

(ENTIDAD DE UTILIDAD PÚBLICA)

CIRCULAR 091/2023

8 de noviembre de 2023

CONVOCATORIA JORNADA TECNIFICACIÓN DEPORTIVA FAMU MARCHA ATLÉTICA (1-3 / diciembre / 2023)

Esta federación, a propuesta del responsable técnico del sector Marcha Atlética, José Antonio Carrillo Morales, organiza la presente convocatoria de tecnificación para atletas considerados de especial interés en seguimiento del sector.

FECHA: 1 al 3 de diciembre de 2023

LUGAR: CAR Región de Murcia

OBJETIVOS:

- Tomar contacto con los deportistas practicantes de esta disciplina.
- Valorar el punto de partida o, en su caso, mejorar aspectos técnicos personales de la disciplina.
- Apoyar, si así lo demandan, el trabajo de los entrenadores personales para mejorar las prestaciones de los atletas convocados.
- Atender las demandas de cualquier entrenador/a o deportista interesado en la especialidad y que desee recibir apoyo o formación inicial.

ATLETAS CONVOCADOS:

1. JORGE TONDA AGUIRRE (04) UCAM CARTAGENA
2. M^a CARMEN SAN BARTOLOMÉ MARÍN (06) NOGALTE – HOGAR PTO. LUMBRERAS
3. ROCÍO MORENO GARCÍA (07) UCAM ATHLEO CIEZA
4. LAURA VIGUERAS LÓPEZ (08) C.A. MURCIA PDS GROUP
5. ESTHER YEPES HERRERA (08) UCAM ATHLEO CIEZA
6. MAR PAREDES LÓPEZ (08) UCAM CARTAGENA
7. SILVIA SÁNCHEZ ORTAS (08) LA UNIÓN
8. MARÍA JESÚS SÁNCHEZ GARCÍA (08) A.C. VINOS DOP JUMILLA
9. SANTIAGO GUARDIOLA MONDÉJAR (08) UCAM ATHLEO CIEZA
10. JOSÉ LUCAS LÓPEZ (09) UCAM ATHLEO CIEZA
11. DANIEL PUERTA DURÁN (09) CEHEGÍN ATLÉTICO
12. SARA IBARRA TONDA (09) UCAM CARTAGENA
13. MIRIAM GALLEGU ANDRÉS (09) UCAM CARTAGENA
14. NEREA DÍAZ CEPILLO (10) ATLETISMO ELCANO
15. LARA ISABEL SALINAS LÓPEZ (10) GESTANER SOC. ATL. ALCANTARILLA



FEDERACIÓN DE ATLETISMO DE LA REGIÓN DE MURCIA

(ENTIDAD DE UTILIDAD PÚBLICA)

16. AITANA VIGUERAS LÓPEZ (10) C.A. MURCIA PDS GROUP
17. SANDRA GIMÉNEZ TORRECILLAS (10) UCAM ATHLEO CIEZA
18. CLAUDIA MARÍN JIMÉNEZ (11) UCAM ATHLEO CIEZA
19. VICTORIA LUCAS LÓPEZ (11) UCAM ATHLEO CIEZA
20. LUCAS BUITRAGO SALMERÓN (11) UCAM ATHLEO CIEZA

ENTRENADORES CONVOCADOS:

JOSEFINA LÓPEZ MORENO

JOSÉ LUCAS CARRILLO

PROGRAMACIÓN:

VIERNES 1 DE DICIEMBRE

17:00h. Recepción atletas y acomodo en las habitaciones

18:00h. Entreno de rodaje cómodo seguido de ejercicios de movilidad articular

21:00h. Cena

SÁBADO 2 DE DICIEMBRE

8:30h. Desayuno

10:30h. Trabajo de fuerza y propiocepción en arena de playa más ejercicios de soltura

13:30h. Comida

17:00h. Sesión técnica

19:00h. Charla

21:00h. Cena

DOMINGO 3 DE DICIEMBRE

8:30h. Desayuno

10:30h. Entreno de cambios de ritmo

13:30h. Comida y fin de la concentración

NOTAS IMPORTANTES

- Cualquier entrenador no incluido en esta convocatoria interesado en asistir para recibir asesoramiento y apoyo para desarrollar esta disciplina con sus deportistas, queda invitado previa comunicación al correo abajo indicado.
- Igualmente, cualquier atleta interesado/a en asistir a esta jornada de tecnificación, deberá solicitarlo a través de su club o entrenador/a al correo abajo indicado, quedando de esta manera invitado para participar.

Se ruega confirmar asistencia antes del **LUNES 27 DE NOVIEMBRE** a carrillo1956@gmail.com



**FEDERACIÓN DE ATLETISMO
DE LA REGIÓN DE MURCIA**

(ENTIDAD DE UTILIDAD PÚBLICA)

En Murcia, a 8 de noviembre de 2023.

Vº B

Fdo. Pruden Guerrero Cruz

Presidenta FAMU

[presidente@famु.es](mailto:presidente@famু.es)