



El sector de salts del Comitè Tècnic de la Federació Catalana d'Atletisme organitza una concentració de salt d'alçada el proper dissabte dia 30 de novembre, a la que es convoca als següents atletes i els seus entrenadors personals. Així mateix els entrenadors interessats poden sol·licitar autorització per assistir-hi.

Les dades de la concentració són:

- Dia:** Dissabte 30 de novembre de 2019
- Lloc:** CAR Sant Cugat
- Horari:** Atletes femenines: 15.45 -18.00 (Lloc trobada: Pista Atletisme exterior)
Atletes masculins: 17.45 -20.00 (Lloc trobada: Zona Salt d'alçada coberta)
- Programa:**
1. Rebuda a atletes i entrenadors
 2. Escalfament específic salt d'alçada
 3. Sessió tècnica
 - Treball tècnica de cursa al saltòmetre
 - Mostra d'alguns exercicis bàsics de batuda i cama lliure
 - Sessió tisores cursa reduïda, standard, 10 salts
 - Sessió flop cursa completa, standard o facilitada, 10 salts
 4. Comiat

Confirmació assistència: Límit dilluns 25 novembre david@fcatalisme.cat AQUESTA DATA ÉS IMPRORRROGABLE

Nota important: Únicament podran accedir a les instal·lacions, els entrenadors i atletes que hagin confirmat assistència. No poden entrar ni cotxes ni acompanyants al CAR

Atletes convocats :

| | | |
|---------------------------|------------|--------------------|
| BONET BERNADICH, ONA | 29/03/2006 | AVINENT MANRESA |
| BUCHACA VALDES, MAR | 30/01/2006 | CA IGUALADA |
| GALAN RODOREDA, CLAUDIA | 30/04/2004 | AVINENT MANRESA |
| GIFRA PUIG, CLARA | 15/12/2004 | CA LAIETANIA |
| LOPEZ VEIGA, ELISABETH | 16/02/2004 | U COLOMENCA AT. |
| PUIG PARDO, LAIA | 20/02/2006 | CA GRANOLLERS |
| RODRIGUEZ JUAN, PAULA | 20/07/2006 | CA SANT JUST |
| RUBIO REUNIS, SOFIA | 15/02/2007 | CA CAMBRILS |
| SERRA BONAFONTE, GEORGINA | 04/10/2005 | AA CATALUNYA |
| TUÑON NOVENSE, ANNA | 02/04/2004 | CORNELLÀ AT. |
| | | |
| IBAÑEZ ROCHO, JOEL | 20/04/2006 | CA CANOVELLES |
| JIMENEZ CRISTIA, JOAN | 11/08/2004 | CA GAVÀ |
| MARTINEZ BATISTA, ROGER | 12/12/2004 | FACVAC VALLS |
| MENDOZA MORENO, POL | 25/01/2006 | U COLOMENCA AT. |
| MIRET BARRULL, ARNAU | 19/05/2004 | MARTORELL AC |
| ROYES SANCHEZ, ELOI | 16/11/2006 | FACVAC VALLS |
| SANTAMARIA BORGES, LUCAS | 27/09/2006 | MUNTANYENC S.CUGAT |
| SENDRA LEAL, JOAN | 11/01/2004 | CA IGUALADA |
| SUMELL GARCIA, AKETZA | 28/01/2006 | UA RUBÍ |
| VEGA PALACIO, FRANCISCO | 01/09/2004 | UA BARBERÀ |