

ACTIVITAT DE VELOCITAT SUB20 (100-200 m.II.) AL CAR DE SANT CUGAT

CLÀUSULA DE GÈNERE

La Federació Catalana d'Atletisme garanteix la igualtat efectiva de dones i homes com a un dels principis bàsics d'actuació.

Amb aquesta finalitat, les mencions genèriques en masculí en l'articulat de les seves convocatòries publicades s'entendran referides també al seu corresponent femení, llevat dels supòsits en què específicament es faci constar que no és així.

El sector de velocitat i tanques del Comitè Tècnic de la Federació Catalana d'Atletisme, d'acord amb la programació del Pla Especial de velocitat, organitza la següent Jornada de Formació Tècnica i de Seguiment de velocitat el proper dissabte 16 de novembre.

L'activitat es desenvoluparà dissabte 16 de novembre a la que es convoca als següents atletes i els seus entrenadors personals (**amb llicència de tècnic FCA o RFEA 2024**)

Atletes convocats

CT 184	Buchaca Valdes, Mar	30/01/2006	CA Igualada
CT 553	Cagigos Bosch, Carla	25/08/2006	Aldahra Lleida UA
CT 1521	Lopez Simo, Jan	30/10/2007	L'Hospitalet At.
CT 1515	Martinez Ventura, Ian	15/02/2007	UA Rubí
CT 350	Romeu Cendros, Jazmin	02/08/2006	FC Barcelona
CT 2036	Sanchez Cortes, Oriol	02/03/2006	CE Universitari
CT 571	Soler Sancristofol, Ferran	27/02/2006	UA Rubí

Atletes reserves (per ordre)

CT 717	Peula Marin, Max	17/06/2007	JA Sabadell
CT 390	Polo Leonard, Marina	25/03/2007	FC Barcelona
CT 586	Calvet Raggio, Biel	26/07/2006	CA Terres de l'Ebre

Les dades de l'activitat són:

Dia: Dissabte, 16 de novembre de 2024
Lloc: CAR Sant Cugat
Coordinadors jornada: Equip tècnic del sector de velocitat i tanques de la FCA:

CA 25463 Fradera Miralles, Pau
CA 9563 Sevillano Gonzalo, Luis

Programa sessió

- 10:00 h. Recepció dels atletes i tècnics
- 10.15-11.15 Ponència: Perfil força velocitat horitzontal (Joaquim Garcia)
- 11.15-11.45 Escalfament específic
- 11.45-14.00 Sessió pràctica:
 - Test de Bosco (SJ-CMJ-DJ)
 - Test PFVH
 - Kinograma (sortida)
- 14.00-15.00 Dinar
- 15:00-16.00 Reunió sector velocitat i finalització de la jornada

Objectius de la sessió

- Realitzar la continuació del seguiment individualitzat dels atletes seleccionats.
- Incidir en detalls tècnics per optimitzar el desenvolupament de l'especialitat.
- Proporcionar recolzament als diferents tècnics/es del sector.

CONFIRMACIÓ D'ASSISTÈNCIA

Obligatòriament per escrit amb límit dilluns 4 de novembre, a david@fcatletisme.cat
AQUESTA DATA ÉS IMPRORRIGABLE.

NOTES IMPORTANTS

- Únicament podran accedir a les instal·lacions, els/les entrenadors/es i atletes que hagin confirmat assistència. No poden entrar ni cotxes ni acompanyants al CAR.
- Tots els atletes i entrenadors que assisteixen a l'activitat donen el seu consentiment de poder utilitzar imatges i dades d'entrenament als responsables del sector.
- En cas d'atletes menors d'edat és obligatori presentar l'autorització adjunta signada. No es podrà accedir a la jornada sense aquest document degudament emplenat.
- Els entrenadors (**amb llicència de tècnic FCA o RFEA 2024**) que tot i no tenir cap atleta convocat, estiguin interessats en assistir a la concentració com a oients, podran sol·licitar-ho dins el termini de temps establert.

DADES DE L'ATLETA

NOM:	
COGNOMS:	
NIF:	
DATA DE NAIXEMENT:	
ADREÇA:	
POBLACIÓ	

DADES PARE/MARE/TUTOR

NOM:	
COGNOMS:	
NIF:	
DATA DE NAIXEMENT:	
ADREÇA:	
POBLACIÓ	
MAIL:	
MOBIL	
SIGNATURA	

AUTORITZACIÓ

Pel present document, autoritzo la gravació, fotografia i tractament de la imatge de l'atleta convocat a la concentració, per tal que els tècnics responsables del sector de velocitat i tanques de la Federació Catalana d'Atletisme que organitzem activitats i estudis, puguin fer ús i publicació en els mitjans de difusió (web, xarxes socials, mitjans de comunicació, revistes, ..) amb l'únic fi educatiu, formatiu i de rendiment