

**ÁREA CORPORATIVA Y DESARROLLO  
SECRETARÍA TÉCNICO DEPORTIVA**

**CIRCULAR Nº 90/2018**  
A los entrenadores convocados

**REUNIÓN NACIONAL DE ENTRENADORES - FORO GENERACIÓN ATLETISMO**

La Real Federación Española de Atletismo, a propuesta de la Dirección Técnica y del responsable del Área de Desarrollo y Tecnificación, organiza la 3ª Reunión de Entrenadores y 3º Foro Generación Atletismo.

Esta 3ª Reunión de Entrenadores son unas jornadas de formación técnica continua, altamente especializada. Se trata de unas sesiones de acceso restringido, dirigidas únicamente a los técnicos con licencia nacional en vigor o integrantes de otras áreas de la RFEA, para quienes el acceso será totalmente gratuito.

La RFEA a través de sus diferentes Áreas y Departamentos, ayudará a un número limitado, por razones presupuestarias, de técnicos en su desplazamiento y estancia para asistir a las mismas. Habrá dos tipos de ayuda: Invitados y Becados.

La ayuda para los técnicos becados vendrá determinada por la distancia al lugar de celebración, a la disponibilidad presupuestaria y a los criterios de tecnificación y gestión deportiva marcados por el Comité Técnico (ver punto 4 del Anexo a esta circular)

Todas las ayudas, tanto para invitados como para becados, vendrán designadas por las diferentes Áreas Técnicas de la RFEA. La relación de técnicos invitados y becados se relaciona más adelante.

Como se establece en el artículo 33º del Reglamento de Licencias Federativas, para la temporada 2018/2019 de esta Federación, para asistir a concentraciones o actividades de ámbito estatal es necesario tener licencia en activo expedida por la RFEA.

**REUNIÓN NACIONAL DE ENTRENADORES**

La Reunión Nacional de Entrenadores tiene dos modalidades (Técnicos invitados y Técnicos becados)

**Técnicos invitados**

A todos los Técnicos invitados se les proporcionará el alojamiento y el viaje.

Lugar: Madrid  
Fechas: del 5 al 7 de abril de 2019  
Incorporación: el 5 de abril a las 20.00  
Finalización: el día 7 de abril después del desayuno  
Alojamiento: *Colegio Mayor Argentino*  
C/Martin Fierro 3, 28040 Madrid  
Tif 911 812050  
  
*Colegio San Agustín*  
C/Travesía Antonio Nebrija, 4, 28040 Madrid  
Tif 915 50 50 00

(La distribución en cada alojamiento se comunicará una vez acabado el plazo de confirmación)

#### Ponentes en la Reunión de Entrenadores

Carlos Balsalobre  
Jose María Peña Rosado  
Carlota Castrejana  
Antonio Sánchez Muñoz  
Carlos Cordente  
Jesús Durán Piqueras  
Josu Gómez-Ezeiza  
Manuel Martínez Gutiérrez  
Valentín Rocandio  
Miguel Vélez Blasco  
Ramón Torralbo  
Alex Codina  
Mateo Cañellas Martorell

#### Directores Técnicos FFAA o Delegados Técnicos

D.T. Federación de Andalucía  
D.T. Federación de Aragón  
D.T. Federación de Asturias  
D.T. Federación de Islas Baleares  
D.T. Federación de Canarias  
D.T. Federación de Cantabria  
D.T. Federación de Castilla-La Mancha  
D.T. Federación de Castilla y León  
D.T. Federación de Cataluña  
D.T. Federación de Comunidad Valenciana  
D.T. Federación de Extremadura  
D.T. Federación de Galicia  
D.T. Federación de La Rioja  
D.T. Federación de Comunidad de Madrid  
D.T. Federación de Murcia  
D.T. Federación de Navarra  
D.T. Federación de País Vasco  
D.T. Federación de Ceuta  
D.T. Federación de Melilla

#### Grupo de Desarrollo

Ramón Cid Pardo  
Asier San Sebastián Castillo  
Esther Lahoz  
Héctor Sanchez Fernandez  
Iñaki Marín Trejo  
Maite Zúñiga Domínguez  
Raúl López Martín  
Roberto Parra Mateo

Salvador Porras  
Soraya Perez Ortiz  
Victor Alberca Martinez

Invitados Área de Desarrollo

Daniel Jacinto Garzón

Secretarios Área de Análisis en las Concentraciones PNTD

José Durán García  
Carles Triado  
Adrián Revilla Revilla

Coordinadores de Sector

Seleccionador Nacional: José Peiró  
Velocidad y Vallas: Jorge Marín.  
Medio Fondo: Jorge González Amo.  
Fondo y Obstáculos: José Enrique Villacorta.  
Trail: Juan Carlos Granado.  
Marcha: Mikel Odriozola.  
Combinadas: Héctor Israel González  
Lanzamientos: Jose Antonio García-Feijoo  
Saltos: Claudio Veneciano  
Comité de Entrenadoras: Manoli Alonso

Adjuntos de Sector

Ángel Solís Bernardo  
Antonio Cid Iglesias  
Tomas Fernandez

Técnicos Becados

Para los Técnicos becados habrá unas ayudas para los gastos de alojamiento y viaje en función de la distancia desde sus lugares de origen. Estas ayudas aparecen detalladas más adelante.

Lugar: Madrid  
Fechas: del 6 a 7 de abril de 2019  
Incorporación: el 6 de abril en el INEF Aula – 304 A LAS 10.00h  
Finalización: el día 7 de abril

Entrenadores de Desarrollo.

Combinadas: José Antonio Palenzuela López  
Lanzamiento Disco: A designar.  
Lanzamiento Disco: A designar.  
Lanzamiento Peso: A designar.  
Lanzamiento Peso: Pablo Sanchís San Juan  
Lanzamientos Jabalina: José Domínguez Caballero  
Lanzamiento Martillo: A designar.

Marcha:	Carlos Morales Velasco
Marcha:	David Hurtado Ruiz
Velocidad:	Luis Carretero
Velocidad:	Francesc Carrillo
Velocidad:	javier Bermejo
Vallas:	Quim Erta
Vallas:	Françoise Beoryngian
Saltos Longitud y Triple:	Pau Monreal
Saltos Longitud y Triple:	Jose Manuel Garcia Esteve
Salto con Pértiga:	Javier Blasco
Salto con Pértiga:	Enric Albiol
Salto de Altura:	Antonio Gil Montero
Salto de Altura:	Elia Izquierdo Martínez
Medio Fondo:	A designar.
Medio Fondo:	A designar.
Fondo y Obstáculos	A designar.
Trail:	A designar.

#### **Entrenadores en Formación:**

Combinadas:	Miquel Castillo Cuesta
Combinadas:	Aina Fornés Catalá
Lanzamientos Disco:	A designar
Lanzamientos Peso:	José M <sup>a</sup> Hernandez Páez
Lanzamientos Jabalina:	A designar
Lanzamiento Martillo:	A designar
Marcha:	Marian Ruiz
Velocidad:	Carlos Escrig
Vallas:	Helena Poquet
Saltos Longitud y Triple:	A designar
Salto con Pértiga:	A designar
Salto de Altura:	A designar
Medio Fondo:	A designar
Fondo y Obstáculos:	A designar

#### **Entrenadores Invitados por los Directores Técnicos de las FFAA.**

Andalucía (3) / Aragón (1) / Asturias (1) / Islas Baleares (1) / Canarias (2) / Cantabria (1) / Castilla-La Mancha (3) / Castilla y León (3) / Cataluña (3) / Comunidad Valenciana (3) / Extremadura (1) / Galicia (2) / La Rioja (1) / Comunidad de Madrid (3) / Murcia (2) / Navarra (1) / País Vasco (2) / Ceuta (1) / Melilla (1)

#### **AYUDAS PARA LOS TÉCNICOS BECADOS**

La ayuda indicada anteriormente (para alojamiento y viaje) se realizará contra recibo por igual o superior al importe asignado:

A- Técnicos becados que vivan a menos de 100km de Madrid: 30€ en total.

B- Técnicos becados que vivan entre 100 y 400km: 80€ en total.

C- Técnicos becados que vivan a más de 400km: 120€ en total

D- Técnicos becados que vivan en Islas o Ceuta y Melilla: 150€ en total.



## **ENLACE DE INSCRIPCIÓN PARA EL 3º FORO GENERACIÓN ATLETISMO**

[www.rfea.es/generacionatletismo/invitado.htm](http://www.rfea.es/generacionatletismo/invitado.htm)

### **CONFIRMACIONES**

Todas las personas convocadas deberán confirmar su asistencia o NO **hasta el 29 de marzo** al teléfono 915 779 132; o bien por correo electrónico a [mzuniga@rfea.es](mailto:mzuniga@rfea.es). Las personas que no confirmen hasta esa fecha no serán incluidas en la reunión.

### **LIQUIDACIÓN DE DESPLAZAMIENTOS Y GASTOS DE VIAJE**

Se hará de acuerdo con la normativa vigente, recogida en el capítulo Normativas de la Reglamentación 2018/2019, en el apartado 'LIQUIDACIÓN DE DESPLAZAMIENTOS Y GASTOS DE VIAJES', teniendo en cuenta lo siguiente:

#### **Desplazamientos**

##### **Viajes en avión o ferrocarril:**

Todas las personas que deban realizar algún desplazamiento, de tren o avión, con cargo a esta RFEA, deberán contactar con la Oficina de Viajes El Corte Inglés (teléfono 954 506 600 o en el mail [sevilladeportes2@viajeseci.es](mailto:sevilladeportes2@viajeseci.es))

Al solicitar el billete se debe indicar la edad al objeto de hacer uso de posibles tarifas con descuento en los billetes.

##### **Viajes en autobús:**

La documentación requerida como título de transporte será el original del billete usado que debe ser remitido, una vez utilizado, a la Gerencia de esta RFEA ([administracion@rfea.es](mailto:administracion@rfea.es)) en el plazo máximo de 5 días.

El incumplimiento de esta norma podría significar la pérdida de la subvención de la actividad realizada.

##### **Viajes en automóvil:**

El importe por km. está estipulado (conforme a normativa) en 0,19 €. No se abonarán peajes de autopistas ni parking y en ningún caso se abonarán facturas por el alquiler de automóviles.

A los atletas no les serán abonados los viajes en automóvil, excepto en circunstancias especiales, previamente autorizadas por esta RFEA.

Para la justificación del viaje en automóvil deben presentarse tickets de gasolina o de peaje en ruta y también se debe facilitar la matrícula del vehículo utilizado.

#### **Nota importante:**

Transcurridos 20 días desde la finalización del viaje sin presentar la documentación solicitada, esta RFEA no se hará cargo de los gastos del mismo.

Asimismo, la RFEA no abonará ningún gasto (billetes de tren, avión, autobús o kilometraje) si no se ha realizado conforme a lo indicado anteriormente.

#### **Bolsas de viaje**

A los técnicos y personal médico, encuadrados en el grupo 2, se les abonarán tantas bolsas de viaje (sujetas a la retención de IRPF) como noches se pernocte.

No se abonarán facturas de alquiler de automóviles.

Madrid, 21 de marzo de 2019

Vº Bº  
SECRETARIA GENERAL  
Carlota Castrejana Fernández

RESPONSABLE DEL ÁREA DE DESARROLLO  
Mateo Cañellas Martore

(en el original)

(en el original)

## 3ª Reunión de Entrenadores 3er Foro Generación Atletismo Madrid, 5-7 de Abril 2019

### 1.-Contenidos de la 3ª Reunión de Entrenadores y 3er Foro Generación Atletismo.

En esta tercera Reunión de Entrenadores Generación Atletismo, seguiremos con el análisis de los resultados obtenidos, así como seguir mejorando en su interpretación y posterior aplicación al entrenamiento.

Para este 3ª reunión de entrenadores hemos organizado las siguientes ponencias:

**Sábado 6-4-2019**

10:00	Inicio de Reunión Entrenadores. Antonio Sánchez
10:30	
10:30	Análisis Biomecánico Técnica de Carrera. Valentín Rocandio y Miguel Vélez
11:30	
11:30	Evolución Longitudinal Medidas Antropométricas. Mateo Cañellas
11:45	
11:45	Causas Fisiológicas que Originan la Evolución Longitudinal de las Medidas Antropométricas. Josu Gómez-Ezeiza
12:45	
11:45	Ruegos y Preguntas. Mateo Cañellas, Josu Gómez-Ezeiza y Antonio Sánchez
13:15	

### 2.-3er Foro Generación Atletismo.

En este tercer foro, y siguiendo con el proceso de analizar y dar respuesta a las necesidades detectadas en las diferentes monitorizaciones realizadas a nivel autonómico y/o nacional, la temática seleccionada ha sido la planificación y el **entrenamiento de la fuerza en menores buscando la construcción del joven atleta con una perspectiva a largo plazo.**

La idea es abordar cada parte desde una doble perspectiva, Analizándola primero desde un punto de vista teórico general y posteriormente, más específicamente, para su aplicación en jóvenes. En este último punto es necesario hacer un apartado muy específico para las chicas, sobre todo en esa fase sensible que son los 12-15 años biológicos (pico hormonal de DHEA, testosterona, estrógenos... p.e.), en donde es prioritario el entrenamiento neuromuscular para asegurarnos que no las perdemos como atletas cuando se les produzca el

cambio del cuerpo de niña a mujer. Para ello contaremos con Urs Granacher de la Universidad de Potsdam (Alemania).

También contaremos con la presencia de entrenadores de la Federación Española de Halterofilia para darnos u visión particular del entrenamiento de la Fuerza Explosiva y su posible aplicación al entrenamiento de atletismo.

La configuración de las ponencias y su horario será el siguiente:

<b>Foro Generación Atletismo 1/2</b>		<b>Sábado 6-4-2019</b>
15:30	Recogida de Acreditaciones y Documentación	INEF
16:00		
16:00	Inauguración del 3er Foro Generación Atletismo.	INEF
16:15		
16:15	Contextualización del Trabajo de Fuerza: de Niños Deportistas a Atletas Adultos. Carlos Cordente	INEF
16:45		
16:45	Consideraciones para el Trabajo de la Fuerza Máxima en Jóvenes Atletas. José María Peña Rosado	INEF
17:45		
17:45	Fuerza Máxima en las Etapas de Formación, una Aproximación Práctica. Manuel Martínez Gutiérrez	INEF
18:45		
18:45	<b>Descanso</b>	<b>INEF</b>
19:00		
19:00	Entrenamiento con Cargas para el Desarrollo de la Fuerza Explosiva Aplicada al Atletismo. Manuel Galván Flores. Fed. de Halterofilia.	INEF
20:00		
20:00	Metodología de Aplicación del Trabajo de Fuerza Explosiva en Atletismo. Manuel Galván Flores. Fed. de Halterofilia.	INEF
21:00		

<b>Foro Generación Atletismo 2/2</b>		<b>Domingo 7-4-2019</b>
9:00	Análisis de la Relación Fuerza-Velocidad: Bases científicas. Carlos Balsalobre	INEF
9:30		
9:30	El Entrenamiento de la Fuerza del Joven Velocista. Etapas de Tecnificación y Especialización. Alex Codina.	INEF
10:00		
10:00	Aplicación Práctica de la Fuerza al Gesto Específico de Competición. Lanzamientos en Jesús Duran	INEF
10:30		



10:30	Estrategias para el Desarrollo de la Fuerza en Categorías Menores aplicada al Sector de Saltos. Ramon Torralbo.	INEF
11:00		
11:00	<b>Descanso</b>	INEF
11:15		
11:15	Mujer y Deporte: Contextualización de la importancia del entrenamiento específico de fuerza para niñas y adolescentes. Carlota Castrejana.	INEF
11:30		
11:30	El Entrenamiento de la Fuerza en Adolescentes. Urs Granacher (Alemania)	INEF