



TECNIFICACIÓN DEPORTIVA U14/U16 2022-23

1	INTRODUCCIÓN	<hr/>
2	OBJETIVOS	<hr/>
3	CRITERIOS DE SELECCIÓN 22/23	<hr/>
4	DEPORTISTAS SELECCIONADOS	<hr/>
5	PROGRAMA TEMPORADA 22/23	<hr/>
6	CRITERIOS DE PERMANENCIA	<hr/>
8	PRESUPUESTO	<hr/>
7	FORMA DE PAGO	<hr/>



DIRECTOR TÉCNICO: CARLOS FERNÁNDEZ
PREPARACIÓN FÍSICA: JUAN PÉREZ-LANDALUCE

INTRODUCCIÓN:

- * Como en las anteriores Temporadas, esta Federación presenta un programa de Tecnificación (Temporada 2022-2023), para las Categorías U14/U16, ofreciendo a los deportistas seleccionados un completo programa como complemento a la preparación que realizan en sus respectivos Clubes.

El Programa estará destinado a 8 deportistas para las Categorías U14/U16

OBJETIVOS

Proporcionar un programa anual que permita complementar los programas deportivos de los Clubes.

Dotar a los deportistas de los medios necesarios para su correcta evolución.

Conseguir una evolución deportiva con cohesión de grupo, independientemente de ser un deporte individual.



OBJETIVOS

Aprender a gestionar las jornadas de preparación técnica para extraer el máximo rendimiento.

Optimar la preparación física de los deportistas, como base de la preparación técnica y como prevención de posibles lesiones.

Ayudar a competir, regulación de estrés, reconocimiento, concentración en la salida, análisis de la Competición.

Mantenimiento y preparación de materiales

CRITERIOS DE SELECCIÓN

Los Procedimientos de evaluación para la selección de los deportistas que integran este Programa han sido los siguientes:

- 45% Criterios de permanencia o pruebas técnicas
- 30% Pruebas Físicas
- 25% Resultados Deportivos



DEPORTISTAS SELECCIONADOS

--Alicia Cabañas Rodríguez	2010	PEÑAUBIÑA
--Lola Miranda Cueva	2009	CAMPOSKI
--Olaya Mier Fanjul	2009	PSC
--Álvaro Abellán Barrera	2009	SCEM
--Rodrigo Agote Pérez	2009	CUITU
--Carlos Escobedo Cabal	2008	SCEM
--Jacobo Fdez.-Vigil	2008	VPICA
--Pedro Carcedo del Pozo	2008	SCEM



PROGRAMA TEMPORADA 22/23

CALENDARIO TECNIFICACION FDIPA 2022/23																																			
MAYO							AGOSTO							NOVIEMBRE																					
L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D								
						1	1	2	3	4	5	6	7	7	8	9	10	11	12	13	14	14	15	16	17	18	19	20							
2	3	4	5	6	7	8	8	9	10	11	12	13	14	21	22	23	24	25	26	27	28	28	29	30											
9	10	11	12	13	14	15	15	16	17	18	19	20	21																						
16	17	18	19	20	21	22	22	23	24	25	26	27	28																						
23	24	25	26	27	28	29	29	30	31																										
30	31																																		
JUNIO							SEPTIEMBRE							DICIEMBRE																					
			1	2	3	4	5				1	2	3	4				1	2	3	4														
6	7	8	9	10	11	12	5	6	7	8	9	10	11	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18								
13	14	15	16	17	18	19	12	13	14	15	16	17	18	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25								
20	21	22	23	24	25	26	19	20	21	22	23	24	25	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31									
27	28	29	30				26	27	28	29	30			26	27	28	29	30	31																
JULIO							OCTUBRE																												
				1	2	3						1	2																						
4	5	6	7	8	9	10	3	4	5	6	7	8	9																						
11	12	13	14	15	16	17	10	11	12	13	14	15	16																						
18	19	20	21	22	23	24	17	18	19	20	21	22	23																						
25	26	27	28	29	30	31	24	25	26	27	28	29	30																						
							31																												

***OVIEDO: LUNES Y MIÉRCOLES DE 18H A 19H INSTALACIONES DEL CRISTO (JUNIO A SEPTIEMBRE AMBOS INCLUIDOS)**

***SALINAS: MARTES Y JUEVES DE 18H A 19H INSTALACIONES DEL NAÚTICO (JUNIO A SEPTIEMBRE AMBOS INCLUIDOS)**

PROGRAMA TEMPORADA 22/23

PRE-TEMPORADA:

- Días totales: 53 (Junio-Diciembre)
- Días de físico: Incluye una planificación revisada a diario y un continuo contacto con los deportistas, 8 sesiones presenciales al mes, así como test cuando se considere oportuno(1 mensual más o menos)



CRITERIOS DE PERMANENCIA

Permanencia en el programa:

Aquellos deportistas que formaban parte de la estructura de tecnificación en Temporadas anteriores y que hayan cumplido los objetivos deportivos, establecidos por la Dirección Técnica.

- Obtener una puntuación entre los **100 primeros** puestos de la lista de Puntos RFEDI
- Obtener una clasificación entre los **3 primeros** de la categoría en CCC