



I JORNADES TÈCNIQUES D'ATLETISME

dissabte, 19 de març de 2005
10:00 Aula Magna 3 de l'INEFC
(BARCELONA)

Organitza:



Col·labora:



PRESENTACIÓ:

Us presentem les primeres Jornades Tècniques d'Atletisme, organitzades per l'ASSOCIACIÓ DE TÈCNICS EN ATLETISME DE CATALUNYA, amb la col·laboració de l'INEFC.

Aquestes jornades tenen com a objectiu, a més a més de l'actualització de coneixements per part dels millors especialistes, la creació d'un espai de trobada, d'un lloc d'expressió on tinguin cabuda tots els dubtes i les inquietuds que, a diari, es troben els entrenadors d'atletisme.

Neixen les Jornades, també, amb un compromís de continuïtat i servei, el que l'ATAC ofereix a tots els entrenadors d'atletisme de Catalunya. Comptem amb vosaltres.

INSCRIPCIONS:

Les inscripcions es poden formalitzar per:
correu electrònic:

entrenadorsatletisme@telefonica.net

Fax: 93 778 43 87

indicant nom, cognoms, titulació acadèmica, titulació esportiva, correu electrònic i telèfon de contacte i adjuntant comprovant del pagament realitzat a:

IBER CAJA 2085 9317 81 0330120393

Més informació:

www.atletisme.com/acea

i als telèfons :609 33 12 88 i 630 87 85 47

QUOTES D'INSCRIPCIÓ:

Abans del 16 de març de 2005 30 €
Gratuït per els socis d'ATAC, o al donar-se d'alta com a soci.

Després del 16 de març de 2005 ... 36 €
A tots els assistents s'els lliurarà un dossier amb els continguts de les ponències.

PONENTS:

Sr. Luis González Molina

Llicenciat Educació Física ; Entrenador Nacional d'Atletisme ; Entrenador nucli tanques CAR Sant Cugat ; Adjunt sector tanques RFEA

Dra. Victòria Pons Sala

Metgessa Departament Fisiologia de l'Esport CAR Sant Cugat

Sr. Rafael Sánchez Martín

Entrenador Nacional d'Atletisme especialitzat en Fons i Marxa

Sr. Miguel Vélez Blasco

Llicenciat en Farmàcia ; Entrenador Nacional d'Atletisme ; Entrenador RFEA CAR Sant Cugat ; Adjunt Salt d'alçada RFEA

PROGRAMA:

MATÍ:

10:00 Acreditació d'assistents i lliurament de la documentació de les Jornades

10 :15 Presentació

10:30 La nutrició de l'atleta: Avaluació i seguiment.

Dra. Victòria Pons Sala

11: 15 Aspectes no convencionals de l'entrenament de la resistència aeròbica.

Sr. Rafael Sánchez Martín

12: 00 Taula rodona amb els ponents

TARDA:

15: 30 Pautes d'entrenament de la tècnica: del gest tècnic a la programació.

Sr. Luis González Molina

16 : 15 La força específica als salts:

De la tecnificació a l'alt rendiment

Sr. Miguel Vélez Blasco

17: 00 Taula rodona amb els ponents