



Objetivo de las jornadas:

Destinado a: Entrenadores y sus atletas

Jornadas “prácticas”, sin renunciar a los “aspectos teóricos”, pero con un enfoque “a pié de pista”.

Jornadas para:

-Iniciación: Escolares (primeras clases) y jóvenes. (Tanto para la propia especialidad como para pruebas combinadas).

-Perfeccionamiento: Atletas ya iniciados y atletas de pruebas combinadas. Grabación personal de cada atleta de su técnica y su análisis, diagnóstico y planificación de su mejora. Ayudas en fases de estancamiento técnico. Seguimiento a lo largo de la temporada.



CURSO GRATUITO

Sólo se abonarán entradas al Palacio de los Deportes

Sábado 28 diciembre: Segunda jornada (mañana)

--Iniciación para jóvenes atletas. Aplicación de la enseñanza de la Pértiga moderna.

--Visualización de las grabaciones y sus correcciones. Entrega de programa informático que compara los diferentes saltos y sus aspectos técnicos para el seguimiento de las mejoras observadas.

Tercera jornada (tarde)

--Ejercicios de corrección y perfeccionamiento (grabación técnica).

--Diferenciación de pertiguistas individuales y los de pruebas combinadas.

Domingo 29 diciembre: Cuarta jornada (mañana)

--Ejercicios concretos de corrección

--Foro de entrenadores sobre las jornadas



Patrocina: Organiza:



Colaboran:



Jornadas prácticas, muy prácticas

CURSO FORMADOR DE ENTRENADOR DE PÉRTIGA
Asesoramiento para la iniciación, perfeccionamiento y seguimiento técnico de vuestros atletas.



Zaragoza — Palacio de los Deportes
27,28 y 29 de Diciembre 2013

Director: Félix Laguna

Más información e inscripciones:

felixlaguna@gmail.com Tfno.: 639-22-56-74

Guión de las “Jornadas”:

Viernes 27 diciembre: Primera jornada (tarde)

--Presentación y entrega de materiales de las jornadas.

--Iniciación a escolares, primeras clases. Tres fundamentos básicos de iniciación.

--Grabación de los diferentes atletas y su nivel técnico