



# **CONCENTRACIÓN ESPADA FEMENINA VALLADOLID DICIEMBRE 2017**

## Contenido

1. Concentración.....	3
2. Inscripción.....	4
3. Alojamiento .....	5
4. Estructura y Entrenadores .....	7
5. Objetivos Generales y Contenidos .....	8



## 1. Concentración

Con motivo del desarrollo del Programa Deportivo Nacional, la Real Federación Española de Esgrima junto con la Federación de Esgrima de Castilla y León, ha programado para los días 26, 27, 28 Y 29 de diciembre la segunda concentración de Espada Femenina que tendrán lugar la temporada 2017/18, en el Centro de Tecnificación Río Esgueva de Valladolid:



**CENTRO DE TECNIFICACIÓN DEPORTIVA RÍO ESGUEVA (CEAR)**

Rector Hipólito Durán, 2

47011 VALLADOLID

Teléfono: (34) 983 255 111

Habrà durante el mismo periodo y en el mismo espacio dos tipos de concentraci3n, por un lado la que està orientada a los tiradoras que compiten o aspiran a competir internacionalmente, cuyos contenidos estaràn marcados por el entrenador del equipo nacional Àngel Fernàndez y consistirà en ejercicios y asaltos de diferentes tipos.

Por otro lado se continuarà con la segunda concentraci3n para maestros, donde el maestro de la Federaci3n Italiana de Esgrima (FIS) Alessandro Bossalini nos expondrà los contenidos para el desarrollo de los deportistas en edad de **Tecnificaci3n** (15 a 20 aõos).

Los **horarios** elegidos para el desarrollo de las actividades estos son los siguientes:

#### CONCENTRACI3N DE TIRADORAS

- 26/12 de 16:00h a 19:00h
- 27/12 de 09:00h a 13:00h y de 16:00h a 19:00h
- 28/12 de 09:00h a 13:00h y de 16:00h a 19:00h
- 29/12 de 09:00h a 14:00h y de 16:00h a 19:00h

#### CONCENTRACI3N DE MAESTROS

- 26/12 de 16:00h a 19:00h
- 27/12 de 09:00h a 13:00h y de 16:00h a 19:00h
- 28/12 de 09:00h a 14:00h

Dependiendo de la planificaci3n que haya realizado el responsable de las actividades de la concentraci3n, estos horarios podràn ser modificados. En todo caso, si estos cambios influyesen en la llegada, se avisarà con suficiente antelaci3n.

## 2. Inscripci3n

La inscripci3n serà tan grande como la instalaci3n permita. En caso de exceso de inscripci3n, se utilizaràn los criterios de **participaci3n de la RFEE aplicados exclusivamente a los tiradores**.

Tendràn garantizada participaci3n en la concentraci3n los:

- Las primeras 20 tiradoras del ranking cadete del dìa 1/12/2017
- Las primeras 20 tiradoras del ranking junior del dìa 1/12/2017
- Las primeras 15 tiradoras del ranking sènior del dìa 1/12/2017
- Tiradoras pertenecientes a los programas de tecnificaci3n nacional adscritos al Consejo Superior de Deportes.
- Todos los maestros con carnet de competici3n o habilitaci3n para competici3n.
- *Aquellos maestros que no tengan alumnas clasificados en la concentraci3n de tiradoras, se les permitirà ir acompaõados de una alumna siempre y cuando el nùmero de inscritos no supere el m àximo acordado para la instalaci3n.*

El plazo de inscripción finalizará el día 1 de diciembre. Todas las inscripciones deberán realizarse a través de la herramienta de gestión de la RFEF. Para cualquier consulta contactar con el correo electrónico [rfee@esgrima.es](mailto:rfee@esgrima.es) con copia [federacion@esgrimacyl.es](mailto:federacion@esgrimacyl.es) (**imprescindible escribir en el asunto del correo: CONCENTRACIÓN ESPADA FEMENINA VALLADOLID 2017**)

El desplazamiento hasta Valladolid será por cuenta de los interesados.

### CUOTAS DE INSCRIPCIÓN:

Los participantes en la concentración, tanto técnicos como deportistas, deberán abonar una cuota de inscripción:

- Inscripción técnicos: 20€ único pago
- Inscripción deportistas: 10€ único pago

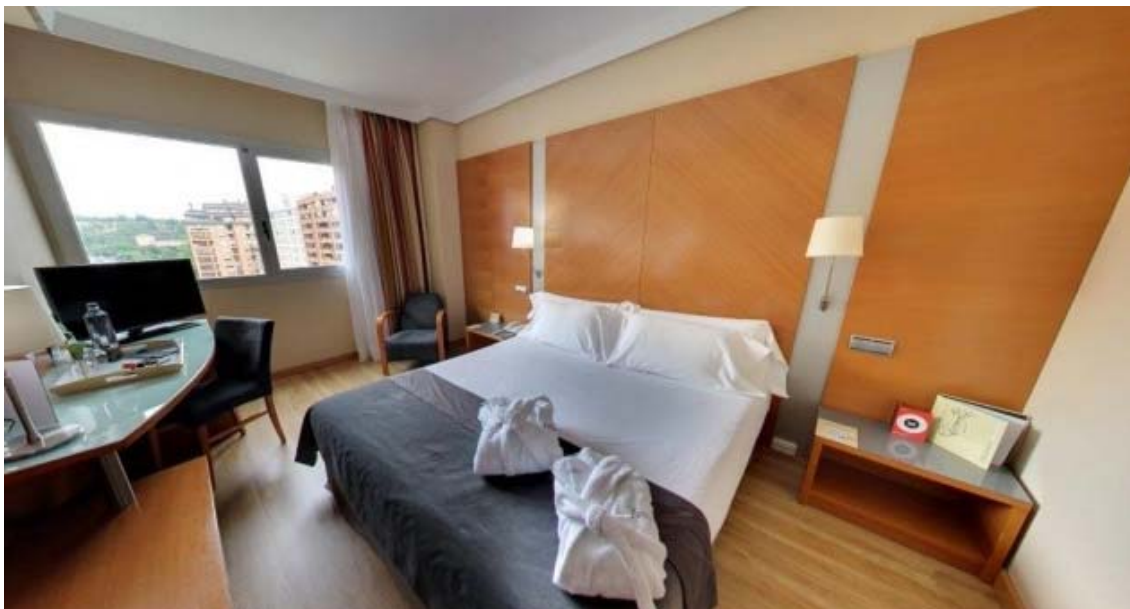
El número de CCC al que deberá realizarse la transferencia o ingreso del importe elegido es el siguiente: IBAN E40-0081-5526-4300-0102-7506, titular de la cuenta de la **Federación de Esgrima de Castilla y León**. En el concepto deberán reflejar el nombre tirador o entrenador.

### 3. Alojamiento

La organización pondrá a disposición de los participantes alojamiento en residencia en régimen de pensión completa al precio de **45 euros por día**.

El número de CCC al que deberá realizarse la transferencia o ingreso del importe elegido es el siguiente: **IBAN E40-0081-5526-4300-0102-7506**, titular de la cuenta de la **Federación de Esgrima de Castilla y León**. En el concepto deberán reflejar el nombre tirador o entrenador.

HOTEL SILKEN "JUAN DE AUSTRIA" \*\*\*\*  
PSO. ZORRILLA 108, 47006 VALLADOLID  
SERVICIO DE TRASLADOS DESDE EL HOTEL AL CENTRO DE ENTRENAMIENTO.



## 4. Estructura y Entrenadores

Todos los técnicos titulados trabajarán con los contenidos dispuestos en ésta ocasión por el Maestro Alessandro Bossalini, con el fin de alcanzar los objetivos establecidos, el cual junto con el Maestro Ángel Fernández será el responsable de guiar el trabajo de los técnicos durante toda la concentración.

La estructura planificada será la siguiente \*

	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
9:00-10:00		Calentamiento - preparación física	Calentamiento - preparación física	Calentamiento - preparación física
10:00-11:00		Asaltos / Clases / Trabajo por parejas	Asaltos / Clases / Trabajo por parejas	Asaltos / Clases / Trabajo por parejas
11:00-12:00				
12:00-13:00				
13:00-14:00				
14:00-15:00		Pausa - comida		
15:00-16:00				
16:00-17:00	<b>INICIO CONCENTRACIÓN</b> Calentamiento - P. Física	Asaltos / Clases / Trabajo por parejas	Asaltos / Clases / Trabajo por parejas	Asaltos / Clases / Trabajo por parejas <b>FIN CONCENTRACIÓN TIRADORAS</b>
17:00-18:00	Asaltos / Clases / Trabajo por parejas			
18:00-19:00				
19:00-20:00	Mesa redonda (solo técnicos), observaciones	Mesa redonda (solo técnicos), observaciones		

\*sujeto a posibles modificaciones por criterios técnicos

## 5. Objetivos generales y contenidos para los técnicos

### OBJETIVOS

- Conocer las bases del sistema de entrenamiento de la escuela italiana
- Desarrollar el modelo de enseñanza – aprendizaje del tirador/a de la base al alto rendimiento
- Crear un contexto de trabajo adecuado para entrenadores i deportistas

### CONTENIDOS PLANIFICADOS

- Modelos de circuitos de preparación física específica en la pista
- Perfeccionamiento de la mecánica de base en la clase
- Establecer el proceso de construcción de las acciones centrando la atención en la dinámica acción - reacción con distintos finales
- Gestión del tirador en la pista