

CIRCULAR Nº	50/2013
FECHA	14/11/2013
ASUNTO	<b>Concentración fondo y marcha FAA 2013. Aragón 2020.-Actualización 28/11.</b>

La Federación Aragonesa de Atletismo (FAA) con el apoyo de la Real Federación Española de Atletismo (RFEA), organiza a propuesta del Comité Técnico del Sector de Fondo y marcha, esta concentración de Invierno de 2013 que está programada desde el sábado 30 de noviembre a las 10.15 horas hasta el domingo 1 de diciembre a las 15.00 horas en La Almunia de Doña Godina (Zaragoza).

El objetivo de estas concentraciones es la promoción de jóvenes con capacidades especiales para la práctica del atletismo, que van encaminados hacia la especialidad del fondo o medio fondo y marcha y que en un futuro próximo puedan ser integrados en las selecciones autonómicas o nacionales contribuyendo a su desarrollo y perfeccionamiento deportivo. Las edades convocadas son las de Juvenil (1997-1998) y Cadete (1999-2000), de atletas con licencia FAA, en modalidad masculina y femenina.

Esta concentración será una toma de contacto inicial de atleta y entrenador, su planificación y situación actual, objetivos próximos, visualización del atleta y forma de trabajo, así como de videos que ayuden a las explicaciones técnicas, con posible grabación del atleta en partes del entrenamiento para visualización y análisis posterior.

### Logística

1. Para los entrenadores que deseen asistir se prepararán unas charlas sobre tecnificación, que se realizarán a lo largo de la concentración. Se recomienda por tanto la asistencia del entrenador personal de cada atleta con el fin de establecer una comunicación inicial con el responsable de la FAA. La FAA no asumirá este desplazamiento.

El coste para cada atleta de esta concentración será de 25€, los atletas seleccionados [deberán realizar el pago de los 25 € por la concentración en el siguiente ENLACE](#), con fecha tope el próximo martes 26 de noviembre. La cuota de inscripción junto con el presupuesto previsto por parte de la Federación Aragonesa de Atletismo tienen asociadas las siguientes partidas:

- Los gastos de manutención y alojamiento desde la llegada del atleta.
- Equipaje a entregar a los atletas asistentes.
- Asistencia a charlas y material didáctico entregado en las mismas.
- Monitores y entrenadores a cargo de los menores.
- Manutención, alojamiento y transporte de los entrenadores convocados por la FAA en la concentración, así como dietas por día.

Se adjunta el listado de atletas aceptados para la concentración según la circular 50/2013 de fecha 14 de noviembre. Estos atletas [deberán realizar el pago de los 25 € por la concentración en el siguiente ENLACE](#), con fecha tope el próximo martes 26 de noviembre.

<b>Cuadro Técnico Concentración Fondo, Medio Fondo y Marcha 2013</b>		
<b>SECTOR</b>	<b>RFEA</b>	<b>FAA</b>
<b>MARCHA</b>	José Antonio Quintana (Entrenador CAR-Madrid)	Alberto Pallarés M <sup>a</sup> José Poves
<b>FONDO - MEDIO FONDO</b>	Juan Del Campo (Sector Fondo RFEA- Doctor Educación Física)	Fernando Aznarez
<b>DIETÉTICA - NUTRICIÓN</b>	-	Rafael Gascón (INEF -Médico Deportivo)
<b>JUEZ</b>	-	Jesús Antonio Iglesias Jorge Domingo
<b>ENTRENADORES PERSONALES CONVOCADOS</b>	-	Alfredo García Ángel Ruata
<b>LOGÍSTICA</b>	-	Víctor Conchillo (Secretario General)

<b>FONDO-MEDIO FONDO CADETE</b>					
SARA	ALASTRUEY LASO	FEM	Intec Zoiti	AR2817	Daniel Duran y Sergio Calvo
OTMAN	ARECTOUTS	MAS	C.A. La Almunia	pte	Antonio Ginto Lacárcel
JAVIER	CABESTRE SAHUN	MAS	HINACO MONZÓN	AR2807	Ricardo Verdugo
MIRIAM	CATIVIELA DOMINGO	FEM	SIMPLY SCORPIO 71	AR2614	Alfredo García Lajusticia
LUCIA	CERA BARINGO	FEM	HINACO MONZÓN	AR2808	Ricardo Verdugo
ALBERTO	FERRER BERDOR	MAS	SIMPLY SCORPIO 71	AR2610	Alfredo García Lajusticia
SERGIO	LATORRE GIL	MAS	C.A. La Almunia	pte	Antonio Ginto Lacárcel
GERARD	LONGAN NICOLAS	MAS	CA FRAGA BAJO CINCA	AR2541	Ricardo Verdugo y Eloy Mur
EDUARDO	MENACHO MIRALLES	MAS	SIMPLY SCORPIO 71	AR2611	Alfredo García Lajusticia
NACHO	MONCLUS PRADAL	MAS	C.A OROEL	AR2806	Alberto Puyuelo Pardo
ALICIA	PERALTA CASAIS	FEM	Intec Zoiti	AR2694	Daniel Durán y Sergio Calvo
ELISA	PUY ENFEDAQUE	FEM	HINACO MONZÓN	AR2812	Ricardo Verdugo
JAVIER	SAMPEDRO PALACIN	MAS	HINACO MONZÓN	AR2606	Ricardo Verdugo

<b>FONDO-MEDIO FONDO JUVENIL</b>					
LOLA	CATALAN CROS	FEM	TRAGAMILLAS-ALCAÑIZ	AR2463	Alberto Sábado
MARINA	CUBERO MATEO	FEM	SIMPLY SCORPIO 71	AR2451	Alfredo García Lajusticia
AYOUB	ELYAMANI RABBI	MAS	HINACO MONZÓN	AR2322	Ricardo de La Fuente
ALEJANDRO	ESCOLANO GONZÁLEZ	MAS	Intec-Zoiti	AR2664	Daniel Durán

**Federación Aragonesa de Atletismo**

Patrocinadores:

Colaboradores:



MARINA	FERRANDES MARTIN	FEM	HINACO MONZÓN	AR2522	José Fernando García Herbera
DAVID	FUMANAL ALGUETA	MAS	C.A. Oroel-Jaca	AR2483	Alberto Puyuelo Pardo
JAIME	GARCÍA RUIZ	MAS	Tragamillas Alcañiz	AR2479	Alberto Sábado
IÑAKI	INDA ARAGUAS	MAS	C.A. OROEL-JACA	AR2655	Alberto Puyuelo
JORGE	LAPUENTE GAMEZ	MAS	SIMPLY SCORPIO 71	AR2238	José Luis Mareca
CESAR	LARROSA MOLES	MAS	SIMPLY SCORPIO 71	AR2213	Alfredo García Lajusticia
JULIA	MARTINEZ ARTIGOT	FEM	TRAGAMILLAS-ALCAÑIZ	AR2462	Alberto Sábado
DANIELA	MARTINEZ SEGURA	FEM	SIMPLY SCORPIO 71	AR2453	Alfredo García Lajusticia
MIGUEL	OZALLA SANCHEZ	MAS	SIMPLY SCORPIO 71	AR2454	Alfredo García Lajusticia
SANDRA	PEREZ JIMENEZ	FEM	SIMPLY SCORPIO 71	AR2748	Alfredo García Lajusticia
ANA	QUILEZ VILLANOVA	FEM	SIMPLY SCORPIO 71	AR2444	Alfredo García Lajusticia
JULIA	QUINTANA SOTERAS	FEM	SIMPLY SCORPIO 71	AR2218	Alfredo García Lajusticia
GORKA	SIMON ANDRES	MAS	GM SABIÑANIGO	AR2476	Antonio Sanroman
J. ANTONIO	TELLO VICENTE	MAS	SIMPLY SCORPIO 71	AR2398	Jose Luis Mareca
ERIKA	TORNER CONEJOS	FEM	SIMPLY SCORPIO 71	AR2460	Alfredo García Lajusticia
JORGE DAVID	TORRE MORENO	MAS	GM SABIÑANIGO	AR2475	Antonio Sanroman

MARCHA CADETE					
ANA	IGUALA FERNANDEZ	FEM	HINACO-MONZON	AR2818	Ángel Ruata Martín
DANIEL	JIMENO RIVERA	MAS	SIMPLY SCORPIO 71	AR2751	Alfredo García Lajusticia
MARCOS	PEREZ MARTINEZ	MAS	ADA ZUERA	AR2686	Fco. Javier Dorado
CLARA	PONS LAFOZ	FEM	INTEC-ZOITI	AR2592	Ángel Ruata Martín
JUAN	PRADES FERNANDEZ	MAS	INTEC-ZOITI	AR2591	Ángel Ruata Martín
LAURA	SOLANAS SOLANAS	FEM	Atl. Zaragoza	pte	Alberto Pallarés

MARCHA JUVENIL					
JORGE	BAYARTE CITORES	MAS	SIMPLY-SCORPIO	AR2261	Ángel Ruata Martín
LAURA	CORTÉS HUALDE	FEM	CLUB ATLÉTICO EJEA	AR2496	Fernando Aznarez
ADRIÁN	GALLIZO CORTÉS	MAS	CLUB ATLÉTICO EJEA	AR2497	Fernando Aznarez
SONIA	IRALDE RUEDA	FEM	HINACO-MONZON	AR2266	Ángel Ruata Martín
BEATRIZ	LOPEZ RODRIGUEZ	FEM	SIMPLY SCORPIO 71	AR2260	Alfredo García Lajusticia
RODRIGO	LOPEZ TORRUBIANO	MAS	AA TUROLENSE	AR2717	Serafín Sancho
VÍCTOR	TANCO NAVARRO	MAS	CLUB ATLÉTICO EJEA	AR2684	Fernando Aznarez

### Concentración fondo y marcha FAA 2013. Aragón 2020.

#### **Sábado 30 Noviembre 2.013**

10:15 - 10.30	Recepción de los atletas en el Albergue Salesianos de La Almunia. (Av/ María Auxiliadora Nº12)
10.30 - 10.45	Distribución de las habitaciones.
10.45 - 11.00	Presentación de la Concentración. Objetivos, contenidos. (Para atletas, padres y entrenadores).
11.15 - 13.15	Entrenamiento con técnicos RFEA.
13.15 - 14.00	Duchas.
14.00 - 15.00	Comida.
15.00 - 16.30	Descanso.
16.30 - 18.00	Atletas: entrenamiento con técnicos RFEA.
18.00 - 18.30	Atletas: merienda.
18.00 - 19.30	Charla Técnicos de la RFEA para entrenadores en Albergue Salesianos. Fondo: "Preparación invernal del atleta de fondo". Marcha: "Preparación invernal del atleta de marcha".
18.30 - 19.30	Atletas: duchas y tiempo libre.
19:30 - 20.30	Conferencia para entrenadores y atletas con técnicos FAA en Albergue Salesianos. Fondo: "Temario Pendiente FAA" Marcha: "Temario Pendiente FAA"
20.30 - 22.00	Cena.
22.30 - 24.00	Velada.
24.00	Silencio y descanso. (Se debe llevar saco de dormir o sábanas y manta).

#### **Domingo 01 Diciembre 2.013**

08.30	Levantarse y aseo personal.
09.00 - 09.30	Desayuno.
09.30 - 10.00	Visita organización de una prueba. (Carrera Montaña Mularroya)
10.00 - 11.15	Entrenamiento con técnicos FAA.
11.15 - 12.00	Duchas y recogida habitaciones.
12.00 - 13.00	Charla nutrición y alimentación del atleta de Fondo y Marcha en Albergue Salesianos.
13.00 - 14.00	Charla de reglamentación. Comité de Jueces FAA.
14.00 - 15.00	Comida.
15.00 - 15.15	Salida de atletas desde el Albergue (Av/ María Auxiliadora Nº12).

Los atletas pertenecientes a Zaragoza, y los entrenadores FAA, deben pasar a recoger el equipaje que se les va entregar todos a los atletas de la concentración por Fartleck Sport (Monasterio de Rueda Nº4) en horario laboral los días 26, 27, 28 y 29 de noviembre, al resto de atletas se les entregará el equipaje (Camiseta + Chaleco Polar) en La Almunia de Doña Godina. Se recuerda que este equipaje es valedero para 2 temporadas.



Los atletas deberán entregar el día de la convocatoria la siguiente documentación:

D.....autorizo a mi hij@..... a realizar la Concentración de Fondo, Medio Fondo y Marcha de la Federación Aragonesa de Atletismo a celebrar en La Almunia de Doña Godina el próximo 30 de noviembre y 1 de diciembre de 2013, eximiendo de cualquier tipo de responsabilidad jurídica o civil a los organizadores de la concentración.

Fdo:

DNI:

Zaragoza, a 28 de Noviembre de 2013.

Raúl Mirallas -- Director Técnico FAA

Vº Bº  
El Presidente

Secretario FAA  
Víctor Conchillo