

## JORNADAS FORMATIVAS SOBRE ATLETISMO NOVIEMBRE-DICIEMBRE DE 2015 EN LOGROÑO (LA RIOJA)

**1ª JORNADA:** 21 de Noviembre de 2015 en el CTD. Javier Adarraga.

TEMA: *Reflexiones sobre el entrenamiento de la velocidad.*

PONENTE: **PEDRO PABLO FERNÁNDEZ.**

- Entrenador Nacional de Atletismo.
- Responsable técnico nacional de 400m y relevos 4x400m de la RFEA.(1988 a 2004)
- Medallista de bronce en los Juegos del Mediterráneo de 1971 en decatlón. También fue Campeón de España en esta disciplina.

CHARLA: Sábado 21 de Noviembre a las 11:30. (aula nueva de la recta).

**2ª JORNADA:** 28 de Noviembre de 2015 en el CTD. Javier Adarraga.

TEMA: *Interpretación de Claudio Veneziano del triple salto y el camino a la élite.*

PONENTE: **CLAUDIO VENEZIANO.**

- Entrenador de Pablo Torrijos, Jorge Gimeno, Emilio Bellido, Vicente Docavo, Cristina Ferrando (altura).
- Entrenador Nacional de Atletismo.
- Entrenador Nacional de Atletismo. (Fed. Italiana)

CHARLA: Sábado 28 de Noviembre a las 17:30 (aula nueva de la recta). Además se realizará sesión práctica en el CTD. Javier Adarraga.

**3ª JORNADA:** 12 de Diciembre de 2015.

TEMA: *La Dieta el día de la competición.*

PONENTE: **MIRIAM GARCÍA.**

- Diplomada en Nutrición Humana y Dietética
- Licenciada en Ciencia y Tecnología de alimento

CHARLA: Sábado 12 de Diciembre 16:30 en la sala 1er. Piso del Ed. Federaciones.

**4ª JORNADA:** 19 de Diciembre de 2015.

**TEMA:** *El entrenamiento para niños y adolescentes. Orientación hacia la resistencia.*

**PONENTE: MARIANO GARCÍA-VERDUGO.**

- Responsable de Medio Fondo. Selección Española en 6 JJ Olímpicos, 19 Ctos. del Mundo y 17 Ctos. de Europa.
- Profesor IAAF nivel 5 de entrenadores para el Área de Sudamérica
- Profesor Escuela Nac. Entrenadores. R. Federación Española de Atletismo.
- Autor del modelo **DIPER** para entrenamiento de resistencia.
- Editor de sección de **G-SE**. Grupo Sobre Entrenamiento.
- Director y profesor Escuela Gallega de Entrenadores.
- Director de Deportes. Universidad de Santiago de C. 1988-2012.
- Entrenador personal de deportistas internacionales.
- Diploma en Estudios Avanzados. Licenciado en C.C. del Deporte.
- Master en Alto Rendimiento Deportivo. Comité Olímpico Español.
- Entrenador Especialista en 1/2 Fondo y Fondo. Nivel IV.
- Profesor C. Olímpico Estudios Superiores. Com. Olímpico Español

**CHARLA:** 19 de Diciembre de 2015 16:30 en la sala del 1er. Piso del Ed. Federaciones.

**NOTA:** Los atletas interesados en participar en las sesiones prácticas tienen que comunicarlo a la Federación Riojana de Atletismo hasta las 20 horas del jueves anterior a la jornada.