

## ÁREA TÉCNICA

### CIRCULAR 37/2021

Madrid 1 de julio de 2021

Para general conocimiento de clubes entrenadores y atletas

### JORNADA TECNICA LANZAMIENTOS (DISCO) PROTAMA 3.0

La Federación de Atletismo de Madrid desarrollando el programa de Tecnificación Deportiva PROTAMA 3.0, organiza a propuesta del Comité Técnico, la siguiente Jornada Técnica de lanzamiento de disco, en la que se convoca a los atletas y sus entrenadores, siendo obligatorio para los pertenecientes a PROTAMA, incluidos los lesionados que asistirán como oyentes. Se realizará un entrenamiento técnico

**FECHA:** 09/07/2021

**HORA DE LA ACTIVIDAD:** De 17.30 h. a 19.30 h.

**LUGAR:** Polideportivo Prado de Santo Domingo de Alcorcón

**ENTRENADORES RESPONSABLES:**

- ALICIA MARTÍN BERLANAS
- ALFONSO SÁNCHEZ LÓPEZ

**ATLETAS CONVOCADOS:**

APELLIDOS, NOMBRE	CLUB	ENTRENADOR
CAGIGOS FUSTER, BRUNO	EAT. MAJADAHONDA	JORGE GRAS TIRADO
VAQUERO CERUELO, JUDITH	AT. TORREJON DE ARDOZ	JUAN JOSE RAMOS PINTADO
ALVAREZ NOGAR, M <sup>a</sup> BELEN	AT. ALCORCON	CARLA SACRAMENTO PAQUETE

**INVITADOS:**

APELLIDOS, NOMBRE	CLUB	ENTRENADOR
BONDJALE HINESTROSA, PAULA NGOYE	UNIVERSIDAD REY JUAN CARLOS	EDUARDO CALLEJA HERNANDEZ
CABALLERO DIAZ-CANEJA, MARTIN	SUANZES SAN BLAS	SILVIA RODRÍGUEZ MORALES
CONCEPCIÓN PEREZ-MANCEBO, ALEXANDRA	AT. ALCORCÓN	JOSÉ MANUEL MARTÍN JIMÉNEZ
DÍAZ GRACIA, CARLOS	LYNZE-PARLA	EMILIANO DÍAZ GARCÍA
GOMEZ GARLASCHI, IVAN	AT. MORALZARZAL	MONTSERRAT FERNANDEZ MULLERAS
GONZÁLEZ ÁLVAREZ, MARTA	A.D. SPRINT	LAURA MARTIN LOPEZ
GONZALEZ PASCUAL, JAVIER	ED SANTANDER	SANTOS DE ANDRES ANDRADAS

Colaborador  
Principal



Colaboradores



HERREROS BENEDICTO, ELVIAR	GO FIT AT.	SAMUEL GINÉS GIJÓN
LANCHAS SAN, SANDRA	CA TORREJON DE ARDOZ	JUAN JOSE RAMOS PINTADO
MANFREDOTTI GARCÍA, MATEO	AT. ARROYOMOLINOS	VICENTE UBEDA PITARCH
PALANCAR GONZALEZ, MIGUEL	AT. MORALZARZAL	
SÁNCHEZ RUIZ-ESCRIBANO, GABRIEL	SS.REYES – CC. MENORCA	
SCURTU GARCÍA, RUBÉN	ATLETISMO LEGANES	JORGE GRAS TIRADO
TELLENE, INÉS	SUANZES SAN BLAS	MIGUEL LÁZARO LÓPEZ- VILLASEÑOR
VARELA RAMÍREZ, MIGUEL	E.A. MAJADAHONDA	JORGE GRAS TIRADO

Trabajo a desarrollar.

17.30: Ejercicios de calentamiento

18.00: Ejercicios técnica de lanzamiento

FDO.- SANTIAGO DIEZ RODRIGUEZ  
Director Técnico

Vº. Bº. ISIDRO ARRANZ JUANILLA  
Presidente