

## ÁREA TÉCNICA

CIRCULAR Nº 036/2021

Madrid, 23 DE JUNIO DE 2021

Para General Conocimiento de Clubes, Entrenadores, Atletas



### JORNADA TECNIFICACIÓN PROTAMA – SALTO DE LONGITUD

La Federación de Atletismo de Madrid (FAM), desarrollando el programa de Tecnificación Deportiva (PROTAMA) organiza a propuesta del Comité Técnico, la siguiente Jornada Técnica de SALTO DE LONGITUD, en la que se convoca a los atletas y sus entrenadores que a continuación se relacionan, siendo obligatorio para los pertenecientes a PROTAMA. Los lesionados deben asistir a la misma aunque no puedan entrenar.

NINGUN atleta podrá asistir si no viene acompañado de su entrenador personal u otro entrenador que su club designe si no pudiera el primero.

Al ser una jornada de PNTD de la RFEA solamente se permitirá la asistencia a los entrenadores DE LOS ATLETAS QUE APARECEN EN LA RELACION DE LA CIRCULAR.

Confirmación de asistencia hasta el viernes 2 de julio al mail:

[jigarrido@atletismomadrid.com](mailto:jigarrido@atletismomadrid.com)

**DÍA:** 7 de julio de 2021  
**LUGAR:** Pista de atletismo José Caballero de Alcobendas y sala de reuniones del mismo polideportivo.  
**HORARIO:** 09.30 h. a 18.15 h.

**RESPONSABLE DE LA JORNADA:** Jorge Lozano Iglesias

**ENTRENADOR INVITADO:** Ramón Cid Pardo

**ATLETA INVITADO/A:** Pendiente confirmar

ATLETAS Y ENTRENADORES CONVOCADOS:

#### PROTAMA

RICARDO SERRANO DURRUTY	2005	A.A. MORATALAZ	JESUS RAMOS REVIEJO
JORGE CAMARERO RAMOS	2006	U.A. COSLADA	RAMON CARBALLO JIMENEZ

Colaborador  
Principal



Colaboradores



LAURA MARTINEZ MARTIN	2006	AT. ALCORCON	JUAN CARLOS BARRERO RUEDA
-----------------------	------	--------------	---------------------------

### PROTAMA INVITADOS

PABLO MOSQUERA SANZ	2004	TCRT	JAMES ATEEN FERNANDEZ
ANDREA CIFUENTES CHAUSEN	2005	CD MELIZ SPORT	LUIS FELIPE MELIZ LINAREZ
PAULA RUIZ JIMENEZ	2006	M. ARGANDA	JAVIER SIERRA MONTALVO
CARLA GARCIA RAMIREZ	2007	A.A. VALDEMORO	ANTONIO M. LOPEZ GARZON
ASTOR SNAIDER PINTOS	2006	CD BASE	JORGE LOZANO IGLESIAS
SERGIO PALMERO BERROCAL	2006	A. MORALZARZAL	MONTSERRAT FDEZ. MULLERAS

### PLAN DE TRABAJO:

HORARIO	ACTIVIDAD	CONTENIDOS
09.45	Presentación de los entrenadores	Recepción de los entrenadores por parte del responsable.
10.00 a 11.15	Sesión teórica	Últimos apoyos de la carrera y batida en el S. de longitud
11.00 a 11.15	Descanso	
11.15	Recepción atletas	Recepción de los atletas por parte del responsable.
11.30 a 13.30	Entrenamiento 1	Aplicación práctica de los contenidos de la sesión teórica.
14.00 a 15.45	Comida y descanso	
15.45 a 16.45	Charla entrenadores y atletas	Charla motivacional y formación complementaria
16.45 a 18.15	Entrenamiento 2	Ampliación contenidos programados y complementarios
18.15	Fin de la actividad	Despedida de los participantes por parte del coordinador

FDO.- SANTIAGO DIEZ RODRIGUEZ  
Director Técnico PROTAMA

Vº. Bº. ISIDRO ARRANZ JUANILLA  
Presidente



Colaborador  
Principal



Colaboradores

