



FEDERACIÓN DE ATLETISMO DE LA REGIÓN DE MURCIA

(ENTIDAD DE UTILIDAD PÚBLICA)

CIRCULAR 137/18

18 de noviembre de 2018

CONVOCATORIA DE TECNIFICACIÓN DEPORTIVA

SECTOR LANZAMIENTOS: PESO

Por medio de la presente se convoca a todos los atletas relacionados y a sus entrenadores personales, a la 1ª JORNADA de TECNIFICACION, prevista por los técnicos del sector y dirigida a los atletas que se encuentran en seguimiento y dentro del programa de tecnificación.

FECHA: Viernes 23 de noviembre de 2018.

LUGAR: Pista Atletismo Cartagena.

HORARIO: 17:30 a 19:30 horas.

OBJETIVO: Trabajo técnico y valoración general de la condición física de los atletas que integran el plan de tecnificación de la temporada 2018/2019. Así como, dar la oportunidad de integración y mejora a atletas que no estando en el plan de tecnificación pueden resultar de interés federativo.

DISTRIBUCIÓN DE LA SESIÓN:

- Calentamiento general + calentamiento específico **30 MINUTOS**
- Técnica de lanzamiento de peso **1 HORA**
- Test multilanzamientos (frontal y dorsal) **30 MINUTOS**

ATLETAS CONVOCADOS:

INTEGRANTES EN EL PROYECTO DE TÉCNIFICACIÓN 2018/2019:

1. ANDRE MULLER CHIRIVELLA (2001) – ATLETISMO LA MANGA
2. HELENA JIMENEZ BASTIDA (2002) – ELIOCROCA
3. MARIA CORTIJOS GUILLEN (2000) – ELIOCROCA
4. ELENA RUIZ PAY (1998) – FC BARCELONA
5. JAIME RAJA APARICIO (1998) - CD SURCO AVENTURA

FORMACIÓN MENORES 5 PRIMEROS RÁNKING INFANTIL 2017/2018:

1. ADRIAN ECIJA LLORENTE – CEHEGIN ATLETISMO
2. MAUEL CARRASCO VERDÚA – CA TORRE PACHECO
3. DIEGO BARBERO CORREA – ATLETISMO ROLDÁN



FEDERACIÓN DE ATLETISMO DE LA REGIÓN DE MURCIA

(ENTIDAD DE UTILIDAD PÚBLICA)

4. JOSÉ MARIN GUARDIAOLA – AC JUMILLA
5. JUAN LUIS ALCARAZ HERMOSILLA – NUTRIBAN ATL ALCANTARILLA
6. AMANDA ORTEGA BAÑOS- ATLETISMO LA MANGA
7. VICTORIA PONCE MARTINEZ – NOGALTE HOGAR LUMBRERAS
8. AINHOA MOYA BAUTISTA – CIUDAD DE MULA
9. CRISTINA HERNANDEZ OLMOS – NOGALTE HOGAR LUMBRERAS
10. SARA SANCHEZ ROPERO – CA MURCIA TOVARSPORT

OTROS ATLETAS DE INTERÉS FEDERATIVO:

1. NEREA ARTES MUÑOZ (2003) – ADA YECLANO
2. ANGELA ANDRES MOLINA (2004) – ADA YECLANO
3. ESTHER BORRAS CARBONEL (2003) – ADA YECLANO
4. NEREA COSTA CLEMARES (2002) – NUTRIBAN ATL ALCANTARILLA
5. ABEL BELHAKI RIVAS (2003) – ATLETISMO MAZARRÓN
6. FRANCISCO PEREZ SANCHEZ (2003) – UCAM CARTAGENA
7. ANGEL MORENO GARCIA (2003) – AC JUMILLA
8. ALVARO CARREÑO ZAMORA (2002) – ATLETISMO MAZARRÓN

**** SI HUBIESE ALGUN ATLETA (CON LICENCIA 2018/2019) CON INTERÉS Y NO ESTUVIESE CONTEMPLADO EN LA LISTA, QUE SE PONGA EN CONTACTO CON LA RESPONSABLE.**

Todos los entrenadores de los atletas convocados podrán asistir a la jornada, de hecho, sería interesante que lo hiciesen.

Se ruega confirmación de asistencia tanto de atletas como de entrenadores al correo ursulit@gmail.com o bien vía Whatsapp al 696 04 95 97.

Úrsula Ruiz Pérez

Responsable Técnico de Lanzamiento de Peso

vºBº

Patricia Paz Meizoso

Dirección Técnica FAMU

[direcciontecnica@famु.es](mailto:direcciontecnica@famু.es)

Fdo. Antonio Jesús Bermúdez Cutillas
Secretario General FAMU

secretaria@famु.es // carreras@famु.es