



Tecnificación Deportiva |
Concentración categorías SENIOR
La Fuente de las Tablas (Cuenca)

I CONCENTRACIÓN TÉCNICA SELECCIONES SENIOR 2020

ANTECEDENTES.-

Una de las demandas de los deportistas de categoría Elite adscritos a nuestra federación es la necesidad de realizar concentraciones de carácter técnico que permitan depurar la técnica y estrategia en carrera además de tener un contacto continuo con diferentes tipos de mapas.

Las circunstancias acaecidas durante la temporada 2020 han facilitado que la FEDO organice, a mediados de julio, una concentración en la Serranía Conquense donde gran parte de los mejores corredores, tanto elites como junior, de Castilla-La Mancha serán concentrados, por esta.

Por ello, desde la federación se tiene la certeza que es el mejor momento para empezar una nueva línea de trabajo en apoyo del equipo senior, que esperamos se mantenga en el futuro ya que es necesario para conseguir buenos resultados absolutos en el CEO, así como crear la base de un futuro grupo senior de tecnificación de la FECAMADO.

Esta concentración concebida para mantener y/o aumentar el nivel competitivo de los corredores senior supone un importante esfuerzo personal, económico y técnico el cual sirva en beneficio de la orientación regional.

OBJETIVO.-

Concentrar a los mejores corredores de las categorías senior, para potenciar sus capacidades técnicas, físicas y tácticas además de favorecer la integración de todos los componentes del grupo.

Adquirir experiencia en este tipo de concentraciones para mantenerlas en el tiempo de forma autónoma e independiente.

Valorar la eficacia de los protocolos Anti COVID, para desarrollarlos y si fuera necesario mejorarlos de cara a concentraciones de las categorías inferiores e incluso competiciones regionales y provinciales.

(*) En caso de disponer, por parte de la organización de la concentración, de más plazas libres se convocará a corredores junior

CONVOCATORIA.-

Jefe de Expedición

- D Diego Rodríguez Corrochano FECAMADO

Deportistas Senior

- D. Carlos Vera Guerrero Toledo-O
- D^a Guadalupe Moreno Zúñiga Toledo-O
- D. Jesús Rodríguez Corrochano Manzanares-O
- D^a Paula Siqueira Batanero C.O. Guadalajara

Deportistas junior (*)

- D^a Ana Rodríguez Díaz Toledo-O
- D^a Raquel Marquez-Martín Tesorero Toledo-O

TEMPORALIZACIÓN.-

- **Viernes 10 de julio.-**
 - 19:00 Incorporación a la concentración
 - 19:30 Entrenamiento Fuente las tablas
- **Sábado 11 de julio.-**
 - 09:30 Entrenamiento- Majadas
 - 18:00 Entrenamiento- Majadas
 - 22:00 Entrenamiento- Fuente las Tablas
- **Domingo 12 de julio.-**
 - 09:30 Entrenamiento- Ciudad Encantada
 - 18:00 Entrenamiento- Ciudad Encantada
- **Lunes 13 de julio.-**
 - 09:30 Entrenamiento- Fuente la Tablas
 - 18:00 Entrenamiento- Buenache
- **Martes 14 de julio.-**
 - 09:30 Entrenamiento- Mariana
 - 14:00 Regreso a las localidades de origen

UNIFORMIDAD.-

- Toallas, bolsa de aseo, chancletas, saco de dormir o ropa de cama.
- Mascarillas.
- Material Técnico
 - Cada corredor llevará su propio material técnico (Brújula, Tarjeta SportIdent, Portadescripción, Reloj GPS, etc.)

Técnicos

- Camiseta de la Federación Temporada 2019 o 2020.
- Chándal de la federación de castilla la Mancha.

Deportistas

- Camiseta de la Federación Temporada 2019 o 2020.
- Camiseta de fidelidad liga de clm quien disponga de ella.
- Aquellos que tengan algún chándal de los últimos años.
 - Chándal de representación de la JCCM
 - Uniforme de orientación (camiseta y pantalón silva)

DOCUMENTACIÓN.-

- DNI o Pasaporte en vigor
- Licencia deportiva FEDO Tº 2020
- Tarjeta Sanitaria
- Certificado Médico (en caso de alergias o intolerancias alimentarias)

GASTOS INCLUIDOS.-

Presupuesto.-

La FECAMADO ha destinado dentro del programa de Tecnificación Deportiva la cantidad de 1.000,00 euros para asumir los gastos siguientes:

- INSCRIPCIONES, ALOJAMIENTO Y MANUTENCION.-
- Desplazamientos (1 ó 2 vehículos)* desde el Albergue de la Fuente de las Tablas hasta las diferentes zonas de entrenamiento.

La FECAMADO asumirá los gastos de alojamiento y manutención, en el Albergue de La Fuente de las Tablas.

A TENER EN CUENTA.-

- La FECAMADO NO asume los gastos de desplazamiento de los concentrados entre las localidades de origen y el Albergue de la Fuente de las Tablas ni el regreso.
- Se ruega encarecidamente seguir fielmente los protocolos del Albergue y de la FEDO en materia Anti COVID-19
 - <https://www.fedo.org/web/ficheros/noticias/2020/Recomendaciones-Seguridad-CSD.pdf>
- Se ha de ser especialmente respetuoso con las normas de convivencia en el albergue, además de escrupuloso en el cumplimiento de los horarios. No se tolerarán actitudes, acciones u omisiones que fragmenten o laminen un clima de convivencia de selección regional. La no observancia de estas normas podría suponer la expulsión de la concentración.

Para cualquier aclaración.

Director técnico FECAMADO:
D. Diego Rodríguez Corrochano
dcorrochano@hotmail.com

En Manzanares a 5 de julio de 2020