



## ***Federación de Atletismo del Principado de Asturias***

Edificio de Federaciones del Principado de Asturias

C/ Julián Clavería nº 11 // 33006 – Oviedo

Teléfono: 985275688 Correo electrónico: [fasatle@fasatle.org](mailto:fasatle@fasatle.org) Web: [www.fasatle.org](http://www.fasatle.org)

C.I.F.: G-33113333

### **I Jornada de Formación Técnica**

21 de octubre 2017 – Complejo Deportivo El Quirinal (Avilés)

#### **HORARIO:**

10:00 - Presentación.

10:30 - 12:30 - **“El entrenamiento de fuerza aplicada a la velocidad”**, por Isidoro Hornillos Baz.

Atleta olímpico (Moscú-80). Doctor en Educación Física por la Universidad de La Coruña. Licenciado en Educación Física (Universidad Politécnica de Madrid). Máster en Alto Rendimiento Deportivo (Universidad Autónoma de Madrid y Comité Olímpico Español). Profesor de la Facultad de Ciencias del Deporte y la Educación Física (Universidad de A Coruña). Especialista en Fisiología del Esfuerzo (Universidad Santiago de Compostela). Premio Extraordinario por la Universidad de A Coruña, por su Tesis Doctoral Fuerza máxima y explosiva en la carrera rápida.

13:00/14:30 - **“Formación de un lanzador”**, por Manuel Martínez Gutiérrez.

En la prueba de lanzamiento de Peso, Medalla de Bronce en los Juegos Olímpicos Atenas-2004, Medalla de Oro en el Campeonato del Mundo Birmingham-2003 y en el Campeonato de Europa de P.C. Viena-2002. Plusmarquista Español Absoluto y Júnior en pista cubierta y aire libre. 31 veces Campeón de España Absoluto. 84 veces internacional con la Selección Española.

Medalla de Plata de la Real Orden del Mérito Deportivo (2002).

Responsable del sector de lanzamientos de la RFEA desde enero 2013 hasta diciembre 2016

16:30/18:00- **“Formación de un lanzador” - Práctica**, por Manuel Martínez.

#### **INSCRIPCIONES:**

- Se remitirá el modelo de inscripción (debidamente cumplimentado y firmado) y el justificante de pago, por correo electrónico a la dirección [fasatle@fasatle.org](mailto:fasatle@fasatle.org)
- Fecha límite 10 de octubre de 2017
- Aforo limitado a 70 plazas por riguroso orden de inscripción.
- Importe: 20 € (con licencia federativa – atleta/entrenador/juez) / 30 € (sin licencia federativa)
- Nº de cuenta para realizar el pago ES10 0081 5308 1100 0114 0521

Se facilitará certificado de asistencia, sin valor académico.



Proveedor Oficial  
Fed. Atletismo  
Principado de Asturias