



## ***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

### **PROGRAMA NACIONAL DE TECNIFICACIÓN DEPORTIVA: MEDIO FONDO**

La Federación de Atletismo del Principado de Asturias y la Real Federación Española de Atletismo (RFEA), desarrollando el Programa Nacional de Tecnificación Deportiva (PNTD) para 2024 de la RFEA organizará la siguientes Jornadas de Formación Técnica de Especialización y Seguimiento que tendrán lugar el sábado 12 de Octubre, en la Pista de Atletismo de Las Mestas (Gijón).

#### **ATLETAS Y ENTRENADORES CONVOCADOS**

Sergio	Morales del Campo	2008	Ciudad de Lugones	<b>Jose Ignacio</b>	<b>Montes Lacarra</b>
Beltrán	Diaz López	2007	Oviedo Atletismo	<b>Jesús</b>	<b>Álvarez Castaño</b>
Santiago	Soberón Artime	2008	RGC Covadonga	<b>Rubén</b>	<b>Fernández Muñiz</b>
Juan José	Prada Gavaldón	2008	A. Atlético Avilesina	<b>Alba</b>	<b>García Fernández</b>
Lucía	García González	2008	Ciudad de Lugones	Jose Ignacio	Montes Lacarra
Daniela	Palacio Fernández	2007	El Gaitero Villaviciosa Atl.	Carlos Fco.	Rionda Puente
Pilar	Rivaya Figaredo	2008	R.G.C.Covadonga	<b>Jose</b>	<b>Arconada Ramos</b>
Lucia	Benites Barro	2008	Wolves Born to run	Jose Ignacio	Montes Lacarra
Alberto	Rodríguez Fernández	2009	Náutico Carreño	Rubén	Fernández Muñiz



## *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

Pablo	Rodríguez Herrero	2009	A. Atlético Avilesina	Alba	García Fernández
Enrique	Echevarría Fernández	2009	A. Atlético Avilesina	<b>Carlos</b>	<b>Alonso Fernández</b>
Mateo	Jiménez Suberviola	2009	Wolves Born to run	Jose Ignacio	Montes Lacarra
Noa	Prieto González	2010	A.D. Gijón Atletismo	Carlos Fco.	Rionda Puente
Inés	Fernández López	2010	Wolves born to run	Jose Ignacio	Montes Lacarra
Zoe	González García	2009	A. Atlético Avilesina	<b>David</b>	<b>Sotura Carrera</b>

### **ATLETAS RESERVAS**

Saad	Noufir Halyba	2007	Multideportes Corvera	<b>Francisco</b>	<b>Fernández López</b>
Blanca	García González	2008	Club Occidente Navia	<b>Andrés</b>	<b>López Camiña</b>
Carlota	López Santamarina	2007	Universidad Estadio Gijón	<b>José Benito</b>	<b>López Pastoriza</b>
Alejandro	Llames Pérez	2009	Cuidad de Lugones	<b>Javier</b>	<b>Melero Sebastián</b>



## *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

### **OTROS ENTRENADORES CONVOCADOS**

Francisco	Martínez Soliño
Efrén	García García
Fernando	Osoro Rodríguez

**Técnico Especializado RFEA:** Iñaki Trejo Carmona

**Coordinador:** Carlos Francisco Rionda Puente

#### **Objetivos de la Jornada:**

- Desarrollar los aspectos fundamentales a tener en cuenta en la construcción de un mediofondista.
- Reforzar la importancia del trabajo de fuerza y la técnica de carrera.



## ***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

### **Estructura de la sesión**

<b>9:45</b>	<b>Incorporación de los entrenadores</b>
10:00 – 11:15	1º Sesión teórica en el aula
<b>11:15</b>	<b>Incorporación de los atletas</b>
11:30 – 13:30	1º Sesión practica
14:00 – 16:00	Comida
16:00 - 17:00	2º Sesión teórica en el aula
17:00 – 19:00	2º Sesión práctica

Todos los participantes y sus tutores deberán de ser conocedores de la [Normativa de Salvaguarda y Protección de los menores RFEA](#).

**Será indispensable la participación conjunta de atleta y entrenador/a.**



## ***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

### **Confirmaciones Atletas:**

Todos los atletas deben de confirmar su asistencia en el siguiente [FORMULARIO](#) antes del 6 de Octubre.

Los atletas deberán adjuntar al formulario online, la autorización que se puede descargar a continuación [AUTORIZACION MENORES](#), cumplimentada por sus tutores o enviarla a [fasatle@fasatle.org](mailto:fasatle@fasatle.org)

### **Confirmaciones Entrenadores:**

Todos los entrenadores deben de confirmar su asistencia en el siguiente [FORMULARIO](#) antes del 6 de Octubre. Deberán adjuntar el siguiente documento firmado [PROTOCOLO SALVAGUARDA](#)

**Los entrenadores deberán estar en posesión de la correspondiente licencia federada en vigor.**

Es recomendable haber realizado el Curso de Salvaguarda de la World Athletics (Curso Conceptos Básicos de Salvaguardia, cuyo certificado se adjuntará al formulario de inscripción, o se enviará a [fasatle@fasatle.org](mailto:fasatle@fasatle.org)