

CIRCULAR Nº 23/2019

- A la Dirección General de Deportes de la J.C.C.M.
- A la Real Federación Española de Atletismo
- A las Delegaciones Provinciales (para su difusión)
- A los Clubes (para conocimiento de sus atletas)

XXIX Clinic de Perfeccionamiento Técnico de Atletismo Categoría SUB14 (2006-07) y SUB16 (2004-05)

Ciudad Real, del 8 al 12 de Julio de 2.019

La Federación de Atletismo de Castilla-La Mancha (FACLM), organiza el "XXIX Clinic de Perfeccionamiento Técnico de Atletismo Categoría SUB14 y SUB16.

Lugar: Ciudad Real

Alojamiento: (solo Atletas Internos)

- **Residencia Universitaria.** Cercana a las pistas de atletismo. Pendiente de designación.

Posibilidad de ingreso de **ATLETAS EXTERNOS**, harán las mismas actividades que los internos pero no pernoctarán (ver horarios anexos).

Incorporación (todos los atletas):

- Día 8 de Julio entre las 16 y las 17 horas.

Finalización:

- Día 12 de Julio después de comer.

Coordinador: Olallo Luís Fernández López.

Inscripciones: hasta el 04 de Julio de 2019.

Precio:

Precio Atletas Internos: 185 euros (*)

Precio Atletas Externos: 80 euros ()**

Los Campeones Regionales Sub16 tendrán un 25% de descuento.
(Internos 138.75€ / Externos 60€)



FEDERACIÓN ATLETISMO CASTILLA-LA MANCHA

C/ Juan Ramón Jiménez, 4-bis (13004-Ciudad Real)
Tel.: 926 274 291 Fax: 926 253
www.faclm.com faclm@faclm.com



(*) Atletas Internos: Alojamiento en pensión completa, camiseta conmemorativa y sesiones de entrenamiento, test de control y actividades recreativas (Playa Park, Piscina, Veladas).

() Atletas Externos:** Comida, camiseta conmemorativa y sesiones de entrenamiento, test de control y actividades recreativas (Playa Park, Piscina, Veladas). Entradas y Salidas explicadas en el programa adjunto.

Abono de matrícula:

ES79-3190-2051-61-2281107926 (Globalcaja)

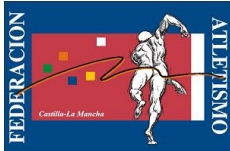
“Concepto” NOMBRE Y APELLIDOS y la palabra “CLINIC2019 Interno o Externo”

El recibo del abono, ficha de Inscripción y datos adjuntos se deben enviar a competicion@faclm.com.

Máximo número de atletas que pueden inscribirse al Clinic es de **50** (por orden de inscripción)

Los atletas que deseen asistir deberán estar en óptima condición para el correcto desarrollo de las sesiones prácticas.





FEDERACIÓN ATLETISMO CASTILLA-LA MANCHA

C/ Juan Ramón Jiménez, 4-bis (13004-Ciudad Real)
Tel.: 926 274 291 Fax: 926 253
www.faclm.com faclm@faclm.com



PROGRAMACIÓN y HORARIOS DE ACTIVIDADES XXIX CLINIC DE PERFECCIONAMIENTO TÉCNICO

Lunes 8 de Julio

- **16.00 a 17.00:** Recepción de **TODOS los atletas** tanto **Internos** como **Externos** en la Residencia Universitaria (pendiente de confirmación).
- **17.00 a 17.30:** Bienvenida a cargo del Presidente de la Federación de Atletismo de Castilla-La Mancha (D. Olallo Luís Fernández López) y Presentación del Clinic.
- **17.45:** Desplazamiento a las pistas de Atletismo del Polideportivo Juan Carlos I de Ciudad Real.
- **18.00 a 20.00:** Primera Sesión Práctica:
 - Las sesiones prácticas estarán impartidas por Entrenadores Nacionales.
 - Sesión de Conocimiento de los Atletas por parte de los Responsables de Sectores.
 - Sesión de iniciación y corrección técnica.
- **20.00: Despedida de Atletas Externos** en las puertas de entrada al Polideportivo Rey Juan Carlos I.
- **20.00 a 20.30:** Incorporación a la Residencia.
- **20.45:** Cena.
- **21.45:** Velada.

Martes 9 de Julio

- **8.15:** Despertador.
- **8.30 a 9.00:** Desayuno.
- **9.30:** Reunión técnica.





FEDERACIÓN ATLETISMO CASTILLA-LA MANCHA

C/ Juan Ramón Jiménez, 4-bis (13004-Ciudad Real)
Tel.: 926 274 291 Fax: 926 253
www.faclm.com faclm@faclm.com



- **9.45:** Desplazamiento a las pistas de Atletismo del Polideportivo Juan Carlos I de Ciudad Real.
- **9.50: Incorporación Atletas Externos** en las puertas de entrada al Polideportivo Rey Juan Carlos I.
- **10.00 a 12.30:** Segunda Sesión Práctica:
 - Sesión de Carreras de Medio Fondo y Fondo.
 - Saltos Horizontales.
 - Lanzamientos
 - Sesión de Marcha.
 - Sesión de Vallas.
 - Sesión de Velocidad.
- **12.45 a 13.30:** Piscina.
- **13.30 a 13.45:** Incorporación a la Residencia.
- **14.00:** Comida.
- **15.00:** Charla Psicología Deportiva.
- **16.00:** Juegos “Campus FACLM” – Concurso de Carteles (Actividades recreativas programadas).
- **17.30:** Reunión técnica.
- **17.45:** Desplazamiento a las pistas de Atletismo “Polideportivo J. Carlos I”.
- **18.00 a 20.00:** Tercera Sesión Práctica:
 - Test de evaluación de la C.F. y Capacidades Atleticas.
- **20.00: Despedida de Atletas Externos** en hall del Polideportivo Rey Juan Carlos I.
- **20.00 a 20.30:** Incorporación a la Residencia.
- **20.45:** Cena.
- **21.45:** Velada.





FEDERACIÓN ATLETISMO CASTILLA-LA MANCHA

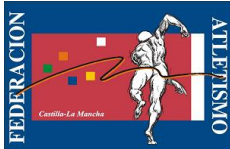
C/ Juan Ramón Jiménez, 4-bis (13004-Ciudad Real)
Tel.: 926 274 291 Fax: 926 253
www.faclm.com faclm@faclm.com



Miércoles 10 de Julio

- **8.15:** Despertador.
- **8.30 a 9.00:** Desayuno.
- **9.30:** Reunión técnica.
- **9.45:** Desplazamiento a las pistas de Atletismo del Polideportivo Juan Carlos I de Ciudad Real.
- **9.50: Incorporación Atletas Externos** en las puertas de entrada al Polideportivo Rey Juan Carlos I.
- **10.00 a 12.30:** Cuarta Sesión Práctica:
 - Sesión de Carreras de Medio Fondo y fondo.
 - Saltos Horizontales.
 - Lanzamientos
 - Sesión de Marcha.
 - Sesión de Vallas.
 - Sesión de Velocidad.
- **12.45 a 13.00:** Desplazamiento al Complejo Recreativo “Playa Park”.
- **13.00 a 19.45:** Actividades Recreativas en “Playa Park”.
- **20.00: Despedida de Atletas Externos** en las puertas de entrada al Playa Park.
- **20.00 a 20.30:** Incorporación a la Residencia.
- **20.45:** Cena.
- **21.45:** Velada Nocturna.





FEDERACIÓN ATLETISMO CASTILLA-LA MANCHA

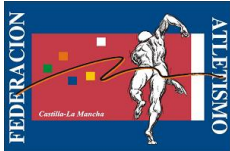
C/ Juan Ramón Jiménez, 4-bis (13004-Ciudad Real)
Tel.: 926 274 291 Fax: 926 253
www.faclm.com faclm@faclm.com



Jueves 11 de Julio

- **8.15:** Despertador.
- **8.30 a 9.00:** Desayuno.
- **9.30:** Reunión técnica.
- **9.45:** Desplazamiento a las pistas de Atletismo del Polideportivo Juan Carlos I de Ciudad Real.
- **9.50: Incorporación Atletas Externos** en las puertas de entrada al Polideportivo Rey Juan Carlos I.
- **10.00 a 12.30:** Quinta Sesión Práctica:
 - Sesión de Carreras de Medio Fondo y fondo.
 - Saltos Horizontales.
 - Lanzamientos
 - Sesión de Marcha.
 - Sesión de Vallas.
 - Sesión de Velocidad.
- **12.45 a 13.30:** Piscina.
- **13.30 a 13.45:** Incorporación a la Residencia.
- **14.00:** Comida.
- **15.00:** Juegos “Campus FACLM – TALENT SHOW”
- **17.30:** Reunión técnica.
- **17.45:** Desplazamiento a las pistas de Atletismo “Polideportivo J. Carlos I”.
- **18.00 a 20.00:** Sexta Sesión Práctica:
 - Sesión de Conocimiento y Practica de Pruebas atléticas no habituales.
- **20.00: Despedida de Atletas Externos** en hall del Polideportivo Rey Juan Carlos I.
- **20.00 a 20.30:** Incorporación a la Residencia.
- **20.45:** Cena.
- **22.00:** Paseo por Ciudad Real.





FEDERACIÓN ATLETISMO CASTILLA-LA MANCHA

C/ Juan Ramón Jiménez, 4-bis (13004-Ciudad Real)
Tel.: 926 274 291 Fax: 926 253
www.faclm.com faclm@faclm.com



Viernes 12 de Julio

- **9.00:** Despertador.
- **9.30:** Desayuno.
- **9.50: Incorporación Atletas Externos** en las puertas de entrada al Polideportivo Rey Juan Carlos I.
- **10.00 a 12.30:** Competición Triatlón.
- **12.30 a 13.30:** Piscina.
- **13.30 a 13.45:** Incorporación a la Residencia.
- **14.00:** Comida.
- **15.15 a 16.00:** Ceremonia de Clausura.
- **16.00 a 17.00:** Despedida.

TODOS LOS ATLETAS DEBERÁN MANDAR ADJUNTO AL CORREO DE LA FEDERACION competición@faclm.com, LA SIGUIENTE DOCUMENTACIÓN:

- 1) RESGUARDO DEL BANCO con el Concepto: nombre, apellidos y la palabra “Clinic2019 Interno o Externo”
- 2) AUTORIZACIÓN DEL PADRE, MADRE O TUTOR (Anexo).
- 3) FICHA TÉCNICA COMPLETA (Anexo).
- 4) Fotocopia de la CARTILLA DE LA SEGURIDAD SOCIAL O SEGURO MÉDICO.
- 5) UNA FOTOGRAFÍA escaneada para acreditaciones y otra tamaño carnet que se entregará el día de entrada al Clinic.





FEDERACIÓN ATLETISMO CASTILLA-LA MANCHA

C/ Juan Ramón Jiménez, 4-bis (13004-Ciudad Real)
Tel.: 926 274 291 Fax: 926 253
www.faclm.com faclm@faclm.com



Llevar al Clinic 2019:

- a) Ropa deportiva: Chándal, camiseta, pantalón y zapatillas de clavos y calentamiento.
- b) Ropa personal: Pijama, bañador, toalla, útiles de aseo, crema solar (obligatorio), etc.
- c) Ropa de calle: La que habitualmente utilice.
- d) **2 sábanas y una funda de almohada para cama de 90 cms (solo para atletas internos).**

Para cualquier duda o aclaración, dirigirse al Secretario del CLINIC:

Gerardo Mirón Cuenca

Tfno: 926 274291

(Martes y Jueves de 10 a 14 horas)

e-mail: competicion@faclm.com

Ciudad Real, 9 de Mayo, 2.019
Secretaría Técnica FACLM

VºBº

D. Rafael Fernández López
Secretario General FACLM





FEDERACIÓN ATLETISMO CASTILLA-LA MANCHA

C/ Juan Ramón Jiménez, 4-bis (13004-Ciudad Real)
Tel.: 926 274 291 Fax: 926 253
www.faclm.com faclm@faclm.com



XXIX CLINIC DE PERFECCIONAMIENTO TÉCNICO CATEGORÍA SUB14 y SUB16 Ciudad Real, del 8 al 12 de Julio, 2.019

Atleta: _____

Fecha nacimiento: _____ **D.N.I. del atleta:** _____

AUTORIZO a mi hijo/a a participar en el XXIX Clinic de Perfeccionamiento Técnico Categoría SUB14-SUB16, organizada por la Federación de Atletismo de Castilla-La Mancha, en todas las actividades del programa del Clinic y a los desplazamientos a pie o en autobús que se puedan producir.

Así mismo, asumo la responsabilidad de cualquier acto, incidencia en que pudiera estar implicado/a mi hijo/a durante dichas actividades. Y para que así conste a los efectos oportunos, firmo el presente documento:

PADRE/MADRE/TUTOR

Nombre: _____

D.N.I.: _____ **Teléfono de contacto:** _____

_____, a _____ de _____, de 2018

Fdo.: _____





FEDERACIÓN ATLETISMO CASTILLA-LA MANCHA

C/ Juan Ramón Jiménez, 4-bis (13004-Ciudad Real)
Tel.: 926 274 291 Fax: 926 253
www.faclm.com faclm@faclm.com

FOTOGRAFIA

(Entregar el día de
inicio del clinic
2019)

FICHA TÉCNICA DE ATLETAS

NOMBRE: _____

APELLIDOS: _____

FECHA DE NAC: DÍA: _____ MES: _____ AÑO: _____ LUGAR DE NAC. _____

Nº. DNI O PASAPORTE: _____

NACIONALIDAD: _____ SEXO _____ PESO: _____ . ESTATURA: _____

DOMICILIO ACTUAL

CALLE: _____ NUM: _____ PISO: _____ LETRA: _____

C.P. _____ MUNICIPIO: _____

TALLA ROPA: _____

NOMBRE PADRE: _____ NOMBRE MADRE: _____

TEL. PARTICULAR: _____ TELÉFONO MÓVIL: _____

CORREO ELECTRÓNICO _____

ALERGIAS: _____

OPERACIONES: _____

LESIONES O FRACTURAS: _____

DATOS DEPORTIVOS

ESPECIALIDAD/ES: _____ AÑOS EN ACTIVO: _____

MEJOR RESULTADO DEPORTIVO

MARCA: _____ PRUEBA: _____

FECHA: DÍA _____ MES _____ AÑO _____ LUGAR: _____

MEJOR MARCA PERSONAL

PRUEBA: _____ FECHA _____ MARCA: _____

DATOS DEL ENTRENADOR

ENTRENADOR ACTUAL: _____ TELÉFONO _____

EMAIL _____

LUGAR DONDE ENTRENA: _____ HORAS y DIAS DE ENTRENAMIENTO: _____ / _____

OBSERVACIONES: _____