

I JORNADAS ENTRENADORES DE BALONMANO



Promueve y Organiza: Federación Extremeña de Balonmano.

Lugar: Instalaciones de la Federación Extremeña de Balonmano (C/Platón 1, traseras local 1, 06800 Mérida).

Fecha: 15 de Marzo de 2008

Duración: 8 horas.

OBJETIVOS GENERALES

- ♣ Concienciar a los profesionales de nuestra región de la importancia de la preparación física en la práctica del balonmano.
- ♣ Completar la formación de los técnicos en materia de preparación física adaptada a las edades de base.
- ♣ Reconocer la valoración de la condición física como base de todo entrenamiento dentro del deporte de base.
- ♣ Valorar la importancia del entrenamiento integrado en edades de base. Integrar técnica, táctica y condición física en una misma sesión.

TEMAS A TRATAR y DEBATIR:

- ♣ Aprendizaje y Desarrollo de aspectos técnico-táctico en edades de base (Alevines e Infantiles).
- ♣ La condición física como base del rendimiento en el deporte en edad escolar.
- ♣ La fuerza. Factor determinante en el balonmano.
- ♣ Planificación del entrenamiento de la condición física. Entrenamiento Integrado.

PROGRAMA DE LA ACTIVIDAD

HORARIO	PONENCIA	PONENTE
9:00 a 11:30 h.	La Fuerza. Factor determinante en el balonmano	Antonio Antúnez Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte Entrenador del PINES
12:00 a 13:30 h.	Planificación del entrenamiento del portero en balonmano	Raúl Caballero Segundo Entrenador del PINES Diplomado en Educación Física
16:00 a 17:30 h.	La Condición Física como base del rendimiento en el deporte en edad escolar.	Miguel Angel Lozano Maldonado Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, Grupo de Detección de Talentos de la Dirección General de Deportes
18:00 a 19:30 h.	El desarrollo de la resistencia a través del entrenamiento integrado en edades de iniciación.	Sebastián Feu Molina Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte Director Técnico de la Federación Extremeña de Balonmano

- En la Ponencia de D. Antonio Antúnez, se realizará una sesión práctica con la Selección Extremeña Infantil Masculina. En la cual poner en práctica los contenidos desarrollados teóricamente.
- La Federación obsequiará a todos los asistentes con una magnifica comida en el Albergue de Mérida.

FORMULARIO DE INSCRIPCIÓN:

NOMBRE:	
APELLIDOS:	
DIRECCIÓN:	LOCALIDAD:
TLF:	E-MAIL:
CLUB:	AÑOS DE EXPERIENCIA:

El formulario de inscripción puede enviarse de las siguientes maneras:

- ✎ Por correo a la dirección: Federación Extremeña de Balonmano, C/ Platón, 1, Traseras Local 1, 06800 Mérida
- ✎ Por Fax: al número: 924 31 82 35
- ✎ Por Correo Electrónico: juanpedro.monzu@e-balonmano.com
- ✎ Confirmación Telefónica: 924 31 09 27

