

Desde el Área Deportiva de Natación de la RFEN y en colaboración con la FNCV, se programa la celebración del Clinic Tecnificación para un grupo de nadadores/as valencianos/as de la categoría infantil. Dicho Clinic es una continuación del de formación de la RFEN, en este caso, la formación va orientada hacia los técnicos.

## **OBJETIVOS**

1. Desarrollo de calentamiento y trabajo en seco que se realizan con los Equipos Nacionales y en los Centros Nacionales de entrenamiento.
2. Enseñar y reforzar los aspectos técnicos para deportistas en edades de formación y sus técnicos.
3. Establecer contacto y fomentar la comunicación con los técnicos

## **TÉCNICOS**

- Alex Marinof, Preparador Físico RFEN
- Jose Rivera Laminguero Responsable Equipos Jóvenes RFEN

## **FECHA Y LUGAR**

La jornada se desarrollará del viernes 16 de enero al domingo 18 de enero.

Se realizará en las instalaciones del Complejo Deportivo de Cheste.

## **CRONOGRAMA**

### **Viernes 16**

- Llegada 16:30. Parking p50 para acceder a la residencia
- Reparto Habitaciones 17:00
- Piscina de 17:30 a 20:00
- Cena 20:30 horas

### **Sábado 17**

#### **Mañana**

- Desayuno 8:00 h
- Entrenamiento Piscina 8:30 a 11.
- Entrenamiento en seco 11:15 a 12:45
- Comida 13:30
- Descanso 14:30 a 15:20

#### **Tarde**

- Entrenamiento Piscina 15:30 a 18:00.
- Entrenamiento en seco 18:15 a 19:45
- Cena 20:30

## Domingo 18

- Desayuno 8:00 h
- Entrenamiento en seco 8:45 a 10:15
- Entrenamiento Piscina 10:15 a 12:30
- **Fin del Clinic. 12:45 horas (Recogida en el mismo punto que la llegada)**

**\*\* El horario está sujeto a posibles modificaciones en función de la logística de la actividad. En el caso de retrasos o adelantos en los horarios de llegada o recogida se informara con la mayor brevedad posible.**

## PARTICIPANTES

NADADORES CONVOCADOS		
NADADOR/A	AÑO	CLUB
MARIA GRACIA ESTRUCH	2012	C. VALENCIANO
ALONSO ESCUDER POZO	2011	C.N. BENICARLO
CESAR ALONSO MARTINEZ	2011	C.N. DELFIN
ELIZAVETA GRISHINA	2011	C.N. DELFIN
ALEJANDRO BARRACHINA GUEVARA	2011	C.N. FERCA-SAN JOSE
ALEJANDRO BLANCO SANCHEZ	2011	C.N. FERCA-SAN JOSE
DANIELA IBAÑEZ HIDALGO	2011	C.N. FERCA-SAN JOSE
MARCO BARRACHINA GUEVARA	2011	C.N. FERCA-SAN JOSE
HUGO NAVARRO ORTS	2011	C.N. SAN VICENTE
DEVID ISKUL	2011	C.N. TENIS ELCHE
UXIA MOLINA ALARCON	2011	C.N. TENIS ELCHE
PAUL LARDEUR HONORE	2011	C.N. TRENCAONES ALZIRA
LAURA GIL CASES	2011	CLUB NATACION BARRACUDAS TORRENT
ISABEL JIMENEZ CAMPOS	2012	CLUB NATACION BARRACUDAS TORRENT
ROCIO GOMEZ FERNANDEZ	2012	CLUB NATACION C.M.D. HORADADA
SOFIA BONDARENKO SOLTS	2012	CLUB NATACION C.M.D. HORADADA
VLADA KRAVCHENKO	2012	CLUB NATACION C.M.D. HORADADA
<b>17</b>		
<b>CRITERIOS</b>	1º del ranking valenciano (01/07/25 a 22/12/25) por categoria infantil (2011-2012)	
<b>ENTRENADORES ASISTENTES</b>	Este Clinic esta enfocado para la formación de técnicos por parte de RFEN, por lo que la presencia de los deportistas seleccionados implica la presencia de su técnico del club o el del centro de tecnificación si esta becado. En caso de no acudir el entrenador del deportista será desconvocado.	

Todos/as los nadadores/as deberán **acudir** con su **materiasl de entrenamiento**, en especial aletas, tubo y tabla, además de **ropa deportiva** para la actividad en seco.