



II CONCENTRACIÓN PETEXTRI 2018

Estimados clubes,

Os hacemos llegar la convocatoria de la II concentración que, desde la Dirección Técnica, y dentro del Programa de Tecnificación de la Fextri (PETEXTRI), pretendemos llevar los días 28 y 29 de abril en Cáceres.

Esta concentración se realiza con el objetivo de continuar con las directrices del programa de tecnificación en la que además de valorar la condición física de los triatletas, queremos que sea una convivencia y un aliciente más para seguir entrenando y entrar en el grupo de tecnificación de triatlón 2017-2018.

LUGAR: Cáceres. CNTD Ciudad de Cáceres.

DÍAS: 28 y 29 de abril.

OBJETIVOS DE LA CONCENTRACIÓN:

- ❖ Conocer y convivir con los triatletas cadetes y junior que mejores resultados han obtenido durante la temporada 2018 en la Toma de Tiempos de Enero, cogiendo como referencias las últimas 2 competiciones y participaciones con las actividades convocadas por la Dirección Técnica de la Fextri.
- ❖ Valorar la condición física de los deportistas de estas categorías y seguir elaborando perfiles a trabajar en un futuro con los triatletas extremeños de la categoría Infantil y Cadete.
- ❖ Trabajar aspectos técnicos de la natación, ciclismo, carrera a pie y las transiciones.
- ❖ Conocer el Centro Nacional de Tecnificación Deportiva Ciudad de Cáceres.
- ❖ Motivar a los triatletas para que sigan entrenando y poder tecnificarlos en el CNTD en la temporada 2018-2019.

OBJETIVOS DEL PROGRAMA A LARGO PLAZO:

- ❖ Aumentar el número de triatletas tecnificados en el CNTD Ciudad de Cáceres.
- ❖ Aumentar el número de triatletas en categorías menores.
- ❖ Reforzar la línea Triatleta – Técnico – Dirección Técnica.



SELECCIONADOS/AS

MASCULINO		
NOMBRE Y APELLIDOS	CATEGORÍA	CLUB
JAIME OLIVERA RIVERA	INF M 2	TRIATLÓN PACENSE
ALBERTO SOTO MACHUCA	CDM 1	CAPEX TRIATLÓN
JOSE ZAFRA CRESPO	CDM 1	TRIATLON ALMENDRALEJO
AGUSTÍN FERNÁNDEZ MORA	CDM 1	CN BADAJOZ
SERGIO MORENO ESTÉVEZ	CDM 2	CD. TRIPLANSENCIA
JAIME HERNANDEZ PEREZ	CDM 2	TRIATLÓN ALMENDRALEJO
SERGIO MUÑOZ PÉREZ	CDM 3	CD. TRIPLANSENCIA

FEMENINO		
NOMBRE Y APELLIDOS	CATEGORÍA	CLUB
ELICA GOMEZ HERRERA	INF F 2	CN. ACUARUM DON BENITO
MARINA DEL ROSARIO	INF F 2	CN. ACUARUN DON BENITO
ANA LOZANO MUÑOZ	CDF 1	CN. ACUARUN DON BENITO
MARTA LOZANO SERRANO	CDF 2	CLUB EXTREMADURA TRIATLÓN
MARTA REGUERO GONZÁLEZ	JNF 1	CN. LOS DELFINES CÁCERES

RESERVAS		
NOMBRE Y APELLIDOS	CATEGORÍA	CLUB
JAIME CRESPO LABRADOR	CDM 1	TRIATLÓN PACENSE
GUILLERMO ABAD MONTERO	INF M 2	TRIATLÓN PACENSE
ESTHER GUERRERO ORTUÑEZ	CDF 2	TRIATLÓN ALMENDRALEJO
MARTA MAGRO CENTENO	CDF 1	CAPEX TRIATLÓN



PROGRAMA PROVISIONAL

SÁBADO 28 DE ABRIL:

- **MAÑANA:**
 - ❖ 9:30h: Recepción deportistas
 - ❖ 10:00h - 12:30h: Sesión de Carrera a pie (Test incremental VAM)
 - ❖ 13:30h: Comida en el CTD Ciudad Deportiva Cáceres
- **TARDE:**
 - ❖ 16:00h – 18:00h: Sesión de Teórica.
 - ❖ 18:00h – 20:00h: Sesión de Natación. (Test de 1000mtrs y 100mtrs)
 - ❖ 20:00 – 21:00. Sesión de gimnasio.
 - ❖ 21:00h – Cena en el CTD Ciudad Deportiva Cáceres

DOMINGO 29 DE ABRIL:

- **MAÑANA:**
 - ❖ 8:00h – 9:00 h: Desayuno CTD Ciudad de Cáceres.
 - ❖ 9:00h – 12:00h: Sesión de Ciclismo alrededores de Cáceres.
 - ❖ 12:00h - 13:00h: Sesión de Natación
 - ❖ 13:30h Comida en el CTD Ciudad de Cáceres
- **TARDE:**
 - ❖ 15:30h – 17:00h: Sesión de Teórica.
 - ❖ 17:30h: Recogida de los deportistas en el CTD Ciudad de Cáceres.

DESPLAZAMIENTOS

Los costes derivados de los desplazamientos correrán a cargo de los deportistas convocados. Los deportistas serán recogidos por personal FEXTRI en las instalaciones CTD Ciudad de Cáceres.

ALOJAMIENTO Y MANUTENCIÓN

El departamento de tecnificación correrá con los gastos de alojamiento y manutención desde la entrada hasta la salida de la concentración.

La residencia está dotada de sábanas, pero se recomienda traer saco de dormir y toallas personales.



MATERIAL NECESARIO

Todo lo necesario para el entrenamiento de natación, carrera y ciclismo:

- ❖ Ropa de Ciclismo.
- ❖ Casco de bicicleta.
- ❖ Bicicleta de carretera.
- ❖ Gorro y gafas de natación.
- ❖ Bañador o mono de triatlón.
- ❖ Chanclas y toalla.
- ❖ Pull-boy, tabla y aletines.
- ❖ Zapatillas.
- ❖ Ropa de atletismo.
- ❖ Ropa para pasar el fin de semana.
- ❖ Ganas de practicar triatlón

Material que debe aportar el triatleta

REQUISITOS

- ❖ Tener **posesión de licencia por la Federación Extremeña de Triatlón.**
- ❖ Rellenar la autorización confirmar la asistencia **antes del martes 24 de abril.** (Si no llega la confirmación pasaremos a llamar al siguiente deportista en lista de espera).
- ❖ Enviar la autorización al correo de la dirección técnica. Es imprescindible comunicar algún aspecto relevante a tener en cuenta de los niños (alergias, enfermedades, etc.).

TÉCNICOS

- ❖ Víctor Zapata Carrillo
- ❖ Daniel Bravo Barroso
- ❖ Ismael Salguero Romero
- ❖ José Manuel Tovar Espada

Si alguno de los técnicos quiere ofrecer o compartir con nosotros la concentración y proponer alguna actividad o charla para los chicos, estamos abiertos a sugerencias, y estudiaremos las posibilidades.



**FEDERACIÓN
EXTREMEÑA
DE TRIATLÓN**

**CONVOCATORIA
II CONCENTRACIÓN PETEXTRI, CÁCERES 2018**

Los triatletas serán filmados con una cámara digital y se realizarán fotos durante la concentración.

Para resolver cualquier duda o consulta pueden ponerse en contacto con:
Tfno.: 607 646 507 | Mail: direciontecnic@triatlonextremadura.com

Federación Extremeña de Triatlón



Consejo
Superior de
Deportes



DIRECCIÓN GENERAL DE DEPORTES



www.reinventamoseltriatlon.es

		<h2>II CONCENTRACIÓN PETEXTRI 2018</h2>	
DATOS DEL TRIATLETA			
NOMBRE Y APELLIDOS:			DNI:
FECHA NACIMIENTO:		CATEGORIA:	
TLFN DE CONTACTO:		CLUB:	
CORREO ELECTRONICO:			
DATOS ENTRENADOR (En caso de no tenerlo, dejar en blanco)			
NOMBRE Y APELLIDOS:			DNI:
CLUB:		TLFN DE CONTACTO:	
CORREO ELECTRONICO:			
AUTORIZACIÓN			
<p>Yo D. en Calidad de Padre/Madre/Tutor Legal del deportista autorizo a participar en la próxima concentración del programa PETEXTRI a celebrar en Cáceres durante los días 28 y 29 de abril, comenzando la convocatoria a las 9:30 horas del Sábado 28 en la Ciudad Deportiva de Cáceres y finalizando a las 17:30h del día domingo 29 de abril.</p> <p>Autorizo a la FEXTRI a realizar grabaciones subacuáticas en la sesión de natación.</p> <p style="text-align: center;">Lo que firmo en el de del 2018</p> <p>Fdo.....</p>			