



## III JORNADAS PARA ENTRENADORES DE VOLEIBOL "Métodos y sistemas de entrenamiento específicos en las jugadoras jóvenes"



### Organiza:

Real Federación Española de Voleibol.

### Colabora:

Federación de Voleibol de Castilla y León.

### Conferenciantes:

**Delfina Ferrer de Frankenberg.** Entrenadora del equipo Voley Playa Madrid, Superliga Masculina.

**Noelia Bonfanti.** Coordinadora del módulo de Nutrición del Máster Oficial de Entrenamiento y Nutrición Deportiva de la Escuela Universitaria del Real Madrid y la Universidad Europea de Madrid.

**Lara Romera De Francisco.** Fisioterapeuta de la Concentración Permanente Femenina de la RFEVB.

**Fien Callens.** Seleccionador del Equipo Juvenil Femenino de Bélgica.

**Pascual Saurin Cutillas.** Seleccionador del Equipo Sénior y Juvenil Femenino de España.

### Objetivos:

Exposición de métodos y modelos de entrenamiento utilizados en la preparación de jugadores de Voleibol y dirigidos a la consecución de la mejora del rendimiento y del perfeccionamiento técnico-táctico.

Aprender las técnicas y modelos de alimentación que son más beneficiosos para el correcto desarrollo de la práctica deportiva.

Transmisión de conceptos y criterios acerca de la formación individual en el entrenamiento de los jugadores de Voleibol.

### Fechas:

Día 20 (viernes), 21 (sábado) y 22 (domingo) de abril de 2018.

### Plazas:

Se convocan 50 plazas. Se otorgarán por riguroso orden de inscripción.

### Asistentes:

Entrenadores de Voleibol, jugadores de Voleibol, licenciados y diplomados en Educación Física, alumnos de INEF y de Facultades de Ciencias de la Educación, directivos y personas vinculadas al Voleibol.

### Certificados:

La Real Federación Española de Voleibol expedirá certificado de asistencia a aquellas personas que acrediten una asistencia mínima del 80 % de las horas lectivas.

### Lugar:

Pabellón Polideportivo Municipal de Los Pajaritos  
José Tudela, s/n  
42004 - Soria

### Información:

**Real Federación Española de Voleibol**  
Cristóbal García Muñoz  
Tlfno.: 91 7014093 Fax: 917014094  
E-mail: [crisobal@rfevb.com](mailto:crisobal@rfevb.com)

### Inscripciones:

El precio de la inscripción es de 80' - €

La inscripción deberá ser abonada a través de transferencia bancaria a la cuenta de la RFEVB cuyos datos son los siguientes: ES52 2100 9194 14 22 01352537 CAIXESBB

El boletín de inscripción, deberá enviarse a la Real Federación Española de Voleibol correo electrónico o fax. No se admitirá ninguna inscripción que no venga acompañada de su correspondiente copia de transferencia bancaria. Las plazas se otorgarán por riguroso orden de inscripción. **El plazo de inscripción finaliza el día 19 de abril de 2018.**

### Inscripciones especiales:

La RFEVB, en colaboración con el CSD, concederá una ayuda en la inscripción a las primeras veintidós entrenadoras, con licencia federativa en la temporada 2017-18, gracias a la ayuda del Programa Mujer y Deporte.



# III JORNADAS PARA ENTRENADORES DE VOLEIBOL "Métodos y sistemas de entrenamiento específicos en las jugadoras jóvenes"



La solicitud de inscripción para las entrenadoras que lo soliciten debe realizarse por escrito a la RFEVB, confirmando la asistencia antes del 19 de abril de 2018. Dicha confirmación deberá realizarse por fax o por correo electrónico a: [crisobal@rfevb.com](mailto:crisobal@rfevb.com)

## BOLETÍN DE INSCRIPCIÓN

Apellidos: \_\_\_\_\_ Nombre: \_\_\_\_\_

Domicilio: \_\_\_\_\_ C.P.: \_\_\_\_\_

Población (Provincia): \_\_\_\_\_ N.I.F.: \_\_\_\_\_

Teléfono/s: \_\_\_\_\_ E-mail: \_\_\_\_\_

**\*\*No se admitirá ninguna inscripción que no venga acompañada de su transferencia bancaria.**

**\*\*\*La RFEVB se reserva el derecho de suspender las Jornadas, concluido el plazo de inscripción, si no existiese número de alumnos suficiente para su organización, advirtiéndolo de ello, a aquellos que se hubieran inscrito.**

### PROGRAMA

#### VIERNES, 20 DE ABRIL DE 2018

##### TARDE.

- 16:30 Recepción de asistentes.
- 17:00 Inauguración.
- 17:05 Entrenamiento conjunto España – Bélgica (pista central)
- 19:00 Charla con el **Seleccionador Nacional de España, Pascual Saurín Cutillas**, donde planteará los objetivos y procesos metodológicos de la sesión de entrenamiento, también responderá a las preguntas y dudas que le planteen los asistentes.
- 20:00 Fin de la sesión.

#### SÁBADO, 21 DE ABRIL DE 2018

##### MAÑANA.

- 10:00 Visionado del entrenamiento de la Selección Femenina de Bélgica.
- 11:30 Charla con la **Seleccionadora Nacional de Bélgica, Fien Callens**, donde planteará los objetivos y procesos metodológicos de la sesión de entrenamiento, también responderá a las preguntas y dudas que le planteen los asistentes.
- 12:15 Descanso.
- 12:30 "Recomendaciones nutricionales para el voleibol femenino".  
**Noelia Bonfanti.**
- 13:30 Fin de la sesión.

##### TARDE.

- 16:00 "Estrategias de entrenamiento con baja disponibilidad de hidratos de carbono: estrategias y objetivos".  
**Noelia Bonfanti.**
- 17:00 Visionado del encuentro: **ESPAÑA-BÉLGICA.**
- 19:00 "Metodología: Aprendizaje Motor y Desempeño. Como entrenar de forma más efectiva".  
**Delfina Ferrer de Frankenberg.**
- 20:00 Fin de sesión.

#### DOMINGO, 22 DE ABRIL DE 2018

##### MAÑANA.

- 09:30 "Atención a las jugadoras: trabajo preventivo, lesiones mas frecuentes y su tratamiento"  
**Lara Romera De Francisco**
- 10:30 Visionado del encuentro: **ESPAÑA-BÉLGICA.**
- 12:00 Descanso.
- 12:30 "Mental Killers: Desarrollo de la Mentalidad de Crecimiento en nuestros jugadores".  
**Delfina Ferrer de Frankenberg.**
- 13:30 Fin de la sesión y clausura del Curso.

**\*\*\* Este horario puede ser modificado durante el desarrollo del curso si por alguna causa, fuera necesario para el mejor funcionamiento del mismo.**