



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: cristobal@rfevb.com

Inscripciones:

El precio de la inscripción es de 80' - € (incluye alojamiento).

Para aquellos alumnos que no necesiten alojamiento se realizará un descuento de 25,00 €.

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: cristobal@rfevb.com

Los desplazamientos se gestionarán por cuenta propia.

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.
- 13:30 "Metodología: Aprendizaje Motor y Desempeño. Como entrenar de forma más efectiva".
Delfina Ferrer de Frankenberg.
- 14:00 Fin de la sesión.

TARDE.

- 16:00 "Atención a las jugadoras: trabajo preventivo, lesiones mas frecuentes y su tratamiento"
Lara Romera De Francisco.
- 17:00 Visionado del encuentro: **ESPAÑA-BÉLGICA.**
- 19:00 "Recomendaciones nutricionales para el voleibol femenino".
Noelia Bonfanti.
- 20:00 Fin de sesión.

DOMINGO, 22 DE ABRIL DE 2018

MAÑANA.

- 09:30 "Estrategias de entrenamiento con baja disponibilidad de hidratos de carbono: estrategias y objetivos".
Noelia Bonfanti.
- 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.**