



Almería 08 de abril de 2019

A TODOS LOS CLUBES, ESCUELAS Y SALAS DE ARMAS

Una vez recibida todas las inscripciones y convocatorias de los deportistas adscritos al programa de Tecnificación de esta Territorial, a continuación les enviamos información detallada sobre la misma.

Dicha concentración tendrá lugar desde el 13 al 17 de abril de 2019 en Conil (Cádiz) en el Pabellón Polideportivo Municipal de Conil de la Frontera.

Se trata de mejorar el nivel general de los deportistas de nuestra Federación y facilitar una convivencia entre todos ellos.

Referente al alojamiento, este será en régimen de PC en el Camping Los Eucaliptos, en Carr. Del Pradillo, Conil de la Frontera – Cádiz, los desayunos, almuerzo y cenas se realizarán el Restaurante Camping Los Eucaliptos, dentro del mismo complejo, con un menú concertado.

EQUIPO TÉCNICO Y ENCARGADOS DE LA CONCENTRACIÓN:

El cuerpo técnico de esta concentración queda coordinado por el Director Técnico de esta Federación y apoyado por los siguientes maestros de armas.

- MAESTROS FLORETE: José Francisco Guerra, Manuel Martínez
- MAESTROS ESPADA: Lázaro Castro, Iliana Duarte
- MAESTRO SABLE: Olekseiy Stepanko
- ENFERMERA: D^a Inmaculada Curto
- ORGANIZACIÓN: Astrid Ferrando – Mari Francis Jiménez

EQUIPAMIENTO DE LOS DEPORTISTAS:

- Material completo de esgrima: traje, caretas, zapatillas, guante, armas, pasantes, etc. Todo aquello que sea necesario para la práctica de nuestro deporte.
- Bolsa de aseo con todo lo necesario para la higiene personal
- Indumentaria deportiva, para las sesiones de entrenamiento físico.
- Ropa de descanso y de paseo
- Ropa de baño: bañador, toalla y chanclas
- Pijama.

C.I.F. V-41271370. nº 99010 en el Registro de Asociaciones Deportivas

e-mail: esgrimafae@gmail.com



- Dinero de bolsillo

MUY IMPORTANTE LLEVAR TOALLA DE ASEO

Número de deportistas que acuden a la concentración: 55 deportistas

Más los entrenadores, equipo de enfermería y organización.

HORARIOS – PLANIFICACIÓN DEL ENTRENAMIENTO

| | SABADO 13 | DOMINGO 14 | LUNES 15 | MARTES 16 |
|--|--|---|--|--|
| CONCENTRACIÓN ESGRIMA PERFECCIONAMIENTO TÉCNICO ESGRIMA -SEMANA SANTA 2018 - 2019 | MAÑANA <u>INCORPORACIÓN A LA CONCENTRACIÓN</u> <u>12:00</u> | MAÑANA <u>DE 8.00 A 8:30</u> CARRERA CONTINUA Y ESTIRAMIENTOS. 30' <u>DE 10:00 A 10:30</u> CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS. 30' <u>10:30 A 11:00</u> DESPLAZAMIENTOS. 30' <u>11:00 A 13:00</u> ASALTOS. 150' | MAÑANA <u>DE 8.00 A 8:30</u> CARRERA CONTINUA Y ESTIRAMIENTOS. 30' <u>DE 10:00 A 10:30</u> CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS. 30' <u>10:30 A 11:00</u> DESPLAZAMIENTOS. 30' <u>11:00 A 13:00</u> ASALTOS Y CLASES. 150' | MAÑANA <u>DE 10:00 A 10:30</u> CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS. 30' <u>DE 10:00 A 13:00</u> COMPETICIÓN |
| | COMIDA Y DESCANSO 13:00 A 16:40 | COMIDA Y DESCANSO 13:00 A 16:40 | COMIDA Y DESCANSO 13:00 A 16:40 | COMIDA Y DESCANSO 13:00 A 16:40 |



| <u>TARDE</u> | <u>TARDE</u> | <u>TARDE</u> | <u>TARDE</u> |
|----------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|
| <u>DE 17:00 A 17:30</u> | <u>DE 17:00 A 17:30</u> | <u>DE 17:00 A 17:30</u> | <u>DE 17:00 A 20:00</u> |
| CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS | CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS | CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS | CALENTAMIENTO Y COMPETICIÓN |
| <u>DE 17:30 A 18:00</u> | <u>DE 17:30 A 18:00</u> | <u>DE 17:30 A 18:00</u> | |
| DESPLAZAMIENTOS. 30' | DESPLAZAMIENTOS. 30' | DESPLAZAMIENTOS. 30' | |
| <u>DE 17:00 A 20:00</u> | <u>DE 17:00 A 20:00</u> | <u>DE 17:00 A 20:00</u> | |
| ASALTOS Y CLASES. 120' | ASALTOS Y CLASES. 120' | ASALTOS Y CLASES. 120' | |
| ----- | ----- | ----- | |
| CENA Y DESCANSO DE 20:00 A 22:30 | CENA Y DESCANSO DE 20:00 A 22:30 | CENA Y DESCANSO DE 20:00 A 22:30 | CENA Y DESCANSO DE 20:00 A 22:30 |

INFORMACIÓN ECONÓMICA DE LA CONCENTRACIÓN DE PERFECCIONAMIENTO TÉCNICO DE ESGRIMA – SEMANA SANTA CONIL (CÁDIZ)

INGRESOS: 3280 €

GASTOS : 10288 €

IMPORTE A APORTAR POR LA FEDERACIÓN ANDALUZA DE ESGRIMA: 7008 €

Cualquier duda o sugerencia estamos a vuestra disposición

Almería 08 de abril de 2019

EL DIRECTOR TÉCNICO.

Fdo. José Fco Guerra Iglesias --- FIRMADO EN ORIGINAL

C.I.F. V-41271370. nº 99010 en el Registro de Asociaciones Deportivas

e-mail: esgrimafae@gmail.com