



XII CAMPUS DE LANZAMIENTOS, SALTOS HORIZONTALES Y VELOCIDAD

AZUL- BS.AS. 22 al 26 de febrero 2023

Complejo "Aldo P Alessandri" - Azul - Bs.As.

PRESENTACIÓN

Desde el año 2011 en forma ininterrumpida se viene llevando a cabo el Campus de Lanzamiento en la localidad de Azul, provincia de Buenos Aires. El pasado año el área de lanzamiento compartió dicho campus con el área de Fondo Medio Fondo y Marcha, y en este 2023; el área de lanzamiento compartirá el campus con las áreas de saltos horizontales y la velocidad y vallas.

El Campus se realiza con el apoyo de Dirección de deportes de Azul, Enard y el aval de la Confederación Argentina de Atletismo y su área de desarrollo y el auspicio de la Municipalidad de Azul.

Este campus ha adquirido una relevancia Nacional, y por el han pasado muchos de nuestros grandes deportistas que hoy se proyectan internacionalmente. Sin dudas es una gran posibilidad de crecimiento para atletas y entrenadores; intercambio de información y convivencia; en una etapa del año donde es oportuno poder realizar correcciones y organizar la planificación del año.

INFORMACION GENERAL

Lugar: AZUL, PCIA BUENOS AIRES.

Dirección: AV BIDEGAIN 2200

<https://goo.gl/maps/YDPvf9UNyGAKKxYn9>

Complejo "Aldo P Alessandri" - Azul - Bs.As.

Organizan: Área de desarrollo de la CADA y Dirección de Deportes Municipalidad AZUL y Ente Nacional Alto Rendimiento (ENARD)

Auspicia: Municipalidad de Azul

PROPÓSITO

- Fomentar el desarrollo Atlético en la región en especial de los lanzamientos, saltos y velocidad.
- Enseñar y desarrollar los fundamentos técnicos metodológicos deportivos de las distintas pruebas en forma progresiva.
- Propiciar los valores de orden, disciplina, compañerismo, responsabilidad y el sentido de equipo.
- Desarrollar las capacidades físicas y el talento personal.

OBJETIVOS

- Comunicar los fundamentos Técnico.
- Ver el entrenamiento regular de base con atletas y entrenadores.
- Retroalimentación entre los entrenadores, intercambiando experiencias de trabajo.

DESTINATARIOS

Atletas de las categorías: U16, U18, U20.

ASPECTOS A DESARROLLAR

- Trabajo técnico, analítico y Global.
- Acondicionamiento Físico - Muestreo y sugerencias
- Trabajos de fuerza especial.
- Test Final.

ENTRENADORES INVITADOS

Un grupo de atletas y entrenadores serán invitados en función de sus antecedentes y proyección.

CRONOGRAMA TENTATIVO

Miércoles 15 FEBRERO		
10 HS	Inicio campamento- entrenamiento	Pista
12.30	Almuerzo	
13.30	Descanso	
16.30	Entrenamiento	Pista
19.30	Reunión Entrenadores	Salón
21.00	Cena	
Jueves 16 FEBRERO		
7.30	Desayuno	
8.30	Sesión entrenamiento	Pista

11.00	Reunión Entrenadores	Salón
12.30	Almuerzo	
13.30	Descanso	
16.30	Sesión Entrenamiento	Pista
19.30	Reunión Entrenadores	Salón
21.00	Cena	
Viernes 17 de FEBRERO		
8.30	Sesión de entrenamientos	Pista
11:00	Reunión con los entrenadores	
13.30	almuerzo	
16:00	Sesión de entrenamientos	Pista
19:00	Reunión con los entrenadores	
Sabado 18 FEBRERO		
7.30	Desayuno	
8.30	Test de control	Pista
18:30	Cierre de campamento y torneo.	

Temario tentativo de trabajo con los entrenadores.

- Entradas en Calor y vuelta a la calma
- Ejercicios Metodológicos - Modelo Técnico.
- Sistema de trabajo.
- Entrenamiento de la Fuerza Especial.
- Planificación.
- Evaluaciones.

INFORMACION Y CONTACTO

Julio Piñero- juliodisco60@hotmail.com : Tel. 2281-463571

ALOJAMIENTOS y ALIMENTACIÓN

Como ocurre en los diferentes campamentos de desarrollo, estos son **ABIERTOS**, cada participante se hace cargo del alojamiento y la comida, se ofrecen 48 lugares de alojamiento a bajo costo, y un lugar para cocinar y llevar a cabo las comidas. Deben traer ropa de cama y vajilla. Para ampliar la información o reservar dirigirse al contacto mencionado.

El costo por comida para aquellos que lo soliciten es de \$ 7000.- (siete mil) incluye 7 comidas sin desayuno.

AREA DE DESARROLLO DE LA CADA