



Federació d'Atletisme de les Illes Balears



Poliesportiu "Príncipes de España" Gremi Forners, 4 07009 Palma de Mallorca – Tel: 971 436854 Fax: 971436854
Web: www.faib.es – Correu electrònic: faib@faib.es – CIF: V07243819

SECRETARÍA

CIRCULAR N°	20-2015
FECHA	31-03-2015
ASUNTO	Jornadas de Velocidad CTEIB Atletismo

Los días 10-11-12 de abril de 2015 se celebrarán en la pista de Magaluf las **Jornadas de Velocidad, organizadas por el CTEIB Atletisme** con Antonio Sánchez Muñoz (responsable velocidad RFEA) y Alex Codina (responsable velocidad CAR Sant Cugat)

Lugar: Pista de Atletismo de Magaluf (módulo cubierto):

1ª jornada:

Viernes 10 de abril

- 17:00h. Presentación del evento
 - 18:30h. Coloquio, charla y preguntas técnicos y atletas
- Tema velocidad. Particularidades y diferencias de 100 m-200m- 400 m

2ª jornada:

Sábado 11 de abril

- 10:00-13:30h. Teoría y práctica en trabajo reacción, trabajo en taco salida
Aceleración (diferencia en 100 -200-400). Trabajo velocidad lanzada. Como correr en curva y características. Fases de la carrera de 400m.
- 17:30-20:00h. Teoría, Trabajo y adaptación de entrega según selección española. Relevó 4x100. Relevó 4x400

3ª jornada:

Domingo 12 de abril

- A partir de las 10:30 horas. Incidencias.

ATLETAS CONVOCADOS

Alejandro Liñan
Angela López
Begoña González
Claudia Troppa
Cristina Garrido
Maria Quetglas
Cristina Pérez
Francisco Sarciat
Alfredo Bianchi
Gemma Botella
Gonzalo López-Cancio
Guiem Rosselló
Caridad Jerez





Federació d'Atletisme de les Illes Balears



Govern de les Illes Balears
Conselleria de Turisme i Esports
Direcció General d'Esports

Poliesportiu "Príncipes de España" Gremi Forners, 4 07009 Palma de Mallorca – Tel: 971 436854 046 Fax: 971 436854
Web: www.faib.es – Correu electrònic: faib@faib.es – CIF: V07243819

SECRETARÍA

CIRCULAR Nº	20-2015
FECHA	31-03-2015
ASUNTO	Jornadas de Velocidad CTEIB Atletismo

Isabela García
Mariama Oliver
Joan Munar
Julia Augsburger
Lourdes Roca
Manuel Ramírez
Atilio Rodríguez
Nerea Botello
Nikolay Ognianov
Carlos Oses
Paula Flores
Rubén García Fontarosa
Salvador Crespo
Germán Carreño
Sambre Caufriez
Sara Vivares

Asistencia abierta a todos los entrenadores interesados.

Palma, 31 de Marzo de 2015.

Baltasar Lourido Hermida
Secretario FAIB

VºBº
Biel Gili Nadal
Presidente