

XIII CAMPUS DE LANZAMIENTOS, SALTOS HORIZONTALES Y VELOCIDAD

AZUL- BS.AS. 1 al 4 de febrero 2024

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 área de lanzamiento compartirá el campus con las áreas de velocidad y vallas.

El Campus se realiza con el apoyo de Dirección de deportes de Azul, el aval de la Confederación Argentina de Atletismo 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: **Complejo "Aldo P. Alessandri" - Azul, Provincia de Buenos Aires.**

Dirección: **Av. Bidegain 2200.**

Ubicación: <https://goo.gl/maps/Ydpvf9unyqakxyn9>

Organizan: **Confederación Argentina de Atletismo y Dirección de Deportes
Municipalidad Azul.**

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 entrenadores serán invitados en función de sus antecedentes y proyección.

CRONOGRAMA TENTATIVO

Jueves 1 FEBRERO		
10 HS	Arribo de los participantes	Pista

12.30	Almuerzo	
13.30	Descanso	
16.30	Entrenamiento	Pista
19.30	Reunión Entrenadores	Salón
21.00	Cena	
Viernes 2 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	
Sábado 3 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	
Domingo 4 FEBRERO		
7.30	Desayuno	
8.30	Test de control	Pista
12.00	Cierre de campamento	

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

Área de lanzamientos **JULIO PIÑERO** - Tel. 2281-463571

Área de velocidad y vallas **HUGO GOMEZ** - Tel. 01164257738

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 40 lugares de alojamientos, 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.