JORNADAS TÉCNICAS 2019

5 y 6 de octubre de 2019

Residencia Joaquín Blume .C.A.R.
C/. Pintor el Greco, 1. 28040 Madrid

RFEP

CSD Consejo Superior de Deportes

ESPAÑA
COMITÉ OLÍMPICO ESPAÑOL

JORNADAS TÉCNICAS 2019

5 y 6 de octubre de 2019

Residencia Joaquín Blume .C.A.R.
C/. Pintor el Greco, 1. 28040 Madrid

INFORMACIÓN

REAL FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE PIRAGÜISMO
C/.Antracita, 7, 3º
28045 Madrid
www.rfep.es
Email: agonzalez@rfep.es

PONENTES

Alvaro Rica. Licenciado en Ciencias Actividad Física y del Deporte.

Xavier de Blas. Profesor, Universitat Ramon Llull.

Fernado Alacid Cárcles. Profesor Universidad Almería.

Guillermo Diez-Canedo. Entrenador Equipo Nacional Absoluto de Slalom.

Ignacio Zabala Llerandi. Licenciado en Administración y Dirección MBA. Fundador y director de operaciones de Human Analytics.

Javier Gómez. Licenciado en Ciencias Actividad Física y del Deporte. Técnico Superior de Piragüismo.

José Luís Sánchez Hernández. Director del CESED (CSD).

Josep Mª Padullés. Asociación Chronojump para la Investigación y Difusión de la Tecnología Aplicada a la Actividad Física y el Deporte.

Vicente Javier Clemente Suárez. Pofesor Universidad Eurpea de Madrid.

Xavier Padullés. Asociación Chronojump para la Investigación y Difusión en la Tecnología Aplicada a la Actividad Física y el Deporte.

Pedro Llames. Director Deportivo INFISPORT

En la actualidad, cada vez son más las personas que están practicando piragüismo, bien como con el fin del alto rendimiento o simplemente como vía para mantenerse en forma y que los lleve a una mejor calidad de vida en cuanto al tema de la salud. Ambos practicantes necesitan de alguien que los guíe y los asesore a lo largo de todo el proceso de aprendizaje y desarrollo deportivo como pasa en otras áreas tanto de desarrollo personal como profesional.

Es aquí donde entra la figura del entrenador o técnico deportivo, usualmente hace unos años los entrenadores tenían una educación básica y obtenían su experiencia de una forma más empírica, basándose en vivencias personales y dejando un poco de lado la academia. Con el paso de los años el propio piragüista ha tenido acceso a información, a veces científica otras simplemente pseudocientífica sobre entrenamiento y rendimiento deportivo, lo que lo ha vuelto más exigente con demandas más personalizadas en busca de un servicio profesional y de alta calidad.

Debido a esto, la preparación de los entrenadores/as y la constante formación es un factor clave para poder sobresalir en este deporte que está en continua evolución. El entrenador/a, en ocasiones se queda obsoleto, cada vez sale un nuevo estilo de entrenamiento como por ejemplo en su momento el Crossfit o el HIIT (Entrenamientos a intervalos de alta intensidad), ahora observamos nuevas tendencias en las embarcaciones y las palas que varían el gesto técnico o en propia planificación con la "planificación inversa".

Una manera práctica y profesional de prepararse es realizando cursos de formación como los que proporciona la RFEP-ENEP donde se ofrecen presentaciones en áreas como acondicionamiento físico, planificación del entrenamiento, entre otros, basadas en evidencias científicas y expuestas por entrenadores y expertos.

OBJETIVOS

-Proporcionar a los entrenadores de piragüismo unas jornadas que sirvan de nexo para la difusión de conocimientos científicos y deportivos, al igual que facilitar a los asistentes la actualización en los avances técnicos y tácticos que han aparecido en el piragüismo en los últimos años.
-Posibilitar el intercambio de los diferentes enfoques y técnicas aplicadas al entrenamiento según la diferenciación de género.

PROGRAMA

TALLERES PRÁCTICOS: Gimnasio de la BLUME
CONFERENCIAS: Salón de Actos de la BLUME

Sábado 5 octubre

9:00 Recogida documentación.

9:15-9:30 Inauguración.

9.30- 10:15
¿Dónde está y hacia dónde va la nueva formación deportiva como técnico?: homologación de las titulaciones anteriores.
Pontente: **José Luís Sánchez**

10:15-11.30 (Taller teórico-práctico)
Método SPODHA: Centralización y digitalización del universo del deporte. "Beneficio para los entrenadores".
Pontente: **Ignacio Zabala Llerandi**

12:00-13:40 (taller teórico-práctico)
Nuevos modelos de periodización de entrenamiento: Periodización inversa y entrenamientos de alta intensidad.
Pontente: **Vicente Clemente Suárez**

13:40-14:30
Revisión nutrición deportiva. Momentos óptimos de consumo: Periodos en entrenamientos y competición.
Pontente: **Pedro Llames**

16:15-20:00 (Taller teórico-práctico)
Medición de velocidad, fuerza y potencia aplicada al piragüismo.
Pontente: **Josep Mª Padullés**, **Xavier Padullés** y **Xavier de Blas**.

Domingo 6 octubre

9.30-10:15
Una revisión de la tecnificación deportiva en piragüismo "plan 20-28".
Pontente: **Javier Gómez** y **Álvaro Rica**

10:15-11:15 Fernando Alacid
Criterios de maduración para la elaboración de clasificaciones y valoración del rendimiento en palistas jóvenes de aguas tranquilas.
Pontente: **Fernando Alacid**

11:45-12:45
Biomecánica aplicada al slalom: la búsqueda de la armonía en las aguas bravas.
Pontente: **Guillermo Diez-Canedo**

13:00-14:00 (Taller teórico-práctico).
Herramientas tecnológicas para la mejora del entrenamiento.
Pontente: **Javier Gómez** y **Álvaro Rica**

SE RECOMIENDA LLEVAR ORDENADOR O TABLET