

PLAN

OLÍMPICO 2020  
COORDINACIÓN TÉCNICA METODOLÓGICA ADO CHILE  
UNIDAD TÉCNICA METODOLÓGICA

**INFORME TÉCNICO MENSUAL 2020**

<b>Mes:</b>	<b>JUNIO</b>
<b>Deporte:</b>	<b>Pelota Vasca</b>
<b>Nombre del Entrenador:</b>	<b>FELIPE MELLA (PREPARADOR FISICO)</b>

**INFORME TÉCNICO**

<b>1. Lugar y horarios de entrenamiento</b>
LUNES MAIPÚ , MIERCOLES Y VIERNES CENTRO VASCO 18 A 21 HRS, SÁBADOS 9 A 12 HRS CENTRO VASCO

<b>2. Durante el último mes, indique qué aspectos de la preparación (Física, Técnica, Táctica, Sicológica y otras) trabajó con los atletas y explique brevemente.</b>
<p>Durante este periodo el enfoque ha sido principalmente a la fuerza y resistencia, se han ido realizando trabajos fuertes de fortalecimiento tanto como gimnasio e intervalos, buscando cargas físicas altas</p> <p>Además del aspecto físico se integra un nuevo lugar de entrenamiento en la comuna de Maipú comenzando a potenciar a chicos en el Frontball coordinando nuevas gestiones para el deporte en otro lugar para fomentar este gran deporte.</p>

<b>3. Indique las pruebas, test pedagógicos, chequeos o controles técnicos realizados, y haga un breve análisis.</b>
Chequeos y evaluaciones en el CAR con nueva lista de jugadores

4. Facilite los resultados de sus dirigidos en competencias preparatorias y/o fundamentales a nivel nacional /internacional en las que hayan participado durante éste mes.						
Observación	Evento y Sede	Atleta	Prueba / División		Resultados	Posiciones
	Centro Vasco					

OLÍMPICO 2020  
COORDINACIÓN TÉCNICA METODOLÓGICA ADO CHILE  
UNIDAD TÉCNICA METODOLÓGICA

**INFORME TÉCNICO MENSUAL 2020**

Frontball Femenino					1. Emili a 2. Pasc al 3. Kem berly	
-----------------------	--	--	--	--	---	--

1. Qué tipo de pruebas o controles en ciencias aplicadas al deporte se realizaron en este periodo. Haga un breve análisis.

Fuerza máxima pectoral y Yoyo test

2. Indique si alguno de sus dirigidos ha sufrido lesiones o presentado problemas médicos durante el último mes. De ser así, cual fue el diagnóstico, tratamiento y proceso de rehabilitación. Así mismo, los datos del médico (nombre, teléfono, e-mail) e institución donde fue atendido.

Renato Bolelli lesión de hombro derecho y Kemberly Horta inflamación en menisco rodilla derecha.

3. De acuerdo con lo anterior, cual es el análisis de la forma deportiva actual de los atletas en comparación con los objetivos generales y específicos, propuestos para la etapa de preparación correspondiente y para el plan general de entrenamiento

La forma actual de los deportistas hoy en día esta enfocada en potenciar el aspecto físico de los jugadores y jugadoras buscando fortalecer ese aspecto para obtener mejoras en su juego.

4. Si realizó alguna capacitación, indique brevemente los temas dados, número de personas y objetivo de la capacitación

Ninguna

5. Requerimientos y necesidades

6. Otros aspectos que considere de interés

Ninguno

**FELIPE MELLA**  
Firma del preparador físico