

PLAN

OLÍMPICO 2020
COORDINACIÓN TÉCNICA METODOLÓGICA ADO CHILE
UNIDAD TÉCNICA METODOLÓGICA

INFORME TÉCNICO MENSUAL 2020

Mes:	MAYO
Deporte:	Pelota Vasca
Nombre del Entrenador:	FELIPE MELLA (PREPARADOR FISICO)

INFORME TÉCNICO

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

2. Durante el último mes, indique qué aspectos de la preparación (Física, Técnica, Táctica, Sicológica y otras) trabajó con los atletas y explique brevemente.
<p>Durante este periodo el enfoque fue dirigido principalmente a trabajar en un próximo periodo de fuerza y físico hasta agosto donde cambiará la etapa preparando los torneos de octubre en adelante, se trabajará los días miércoles y viernes gimnasio tren superior y algunos ejercicios de piernas buscando fortalecer los puntos débiles de cada jugador en el aspecto físico. Además se integrará trabajo de intervalos los días sábados!</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>

3. Indique las pruebas, test pedagógicos, chequeos o controles técnicos realizados, y haga un breve análisis.
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

PLAN

OLÍMPICO 2020
COORDINACIÓN TÉCNICA METODOLÓGICA ADO CHILE
UNIDAD TÉCNICA METODOLÓGICA

INFORME TÉCNICO MENSUAL 2020

--	--	--	--	--	--	--

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

Ninguno

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, Pascal sobrecarga física producto de operación anterior.
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 ya que venían con harta carga de torneos. Ahora se trabajará hasta agosto los puntos débiles en cada deportista.

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