

PLAN OLÍMPICO 2020
COORDINACIÓN TÉCNICA METODOLÓGICA ADO CHILE
UNIDAD TÉCNICA METODOLÓGICA

INFORME TÉCNICO MENSUAL 2023

Mes:	ENERO 2024
Deporte:	Frontenis – Pelota Vasca
Nombre del Entrenador:	Rodrigo Paz C. (<i>preparador físico</i>)

INFORME TÉCNICO

1. Lugar y horarios de entrenamiento
Estadio Español Chiguayante Martes 19:30 – 21:00 hrs Jueves 19:30 – 21:00 hrs. Sábado 10:00 - 11:30 hrs

2. Durante el último mes, indique qué aspectos de la preparación (Física, Técnica, Táctica, Sicológica y otras) trabajó con los atletas y explique brevemente.
Se realiza una planificación ATR. Este mes correspondió básicamente al s microciclo de ACUMULACION. Carga Carga Impacto Recuperación Trabajo aeróbico y fuerza máxima principalmente.

3. Indique las pruebas, test pedagógicos, chequeos o controles técnicos realizados, y haga un breve análisis.
Observación, análisis, comparación de seleccionados, test de fuerza máxima de tren inferior y superior.

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 2023

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

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.

Ninguno

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

--

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

Ninguna

5. Requerimientos y necesidades

Bandas elásticas circulares, Cuerda de Cross Fit



PLAN OLÍMPICO 2020
COORDINACIÓN TÉCNICA METODOLÓGICA ADO CHILE
UNIDAD TÉCNICA METODOLÓGICA

INFORME TÉCNICO MENSUAL 2023

6. Otros aspectos que considere de interés

Rodrigo Paz Cc
Firma del preparador físico

ASISTENCIA

ASISTENCIA
ENERO 2024

ASISTENCIA ENERO 2024			ENERO												
			MA	JU	SA	MA	JU	SA	MA	JU	SA	MA	JU	SA	MA
N	APELLIDO	NOMBRE	2	4	6	9	11	13	16	18	20	23	25	27	30
1	Bozzo	Natalia	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A
2	Muñoz	Magdalena	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A
3	Escalona	Monica	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P
4	García	Jesús	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A
5	García	Clemente	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A
6	González	Julián	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A