

PLAN OLÍMPICO 2020
COORDINACIÓN TÉCNICA METODOLÓGICA ADO CHILE
UNIDAD TÉCNICA METODOLÓGICA

INFORME TÉCNICO MENSUAL 2024

Mes:	MARZO 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 LUNES 19:30 – 21:00 hrs MARTES 19:30 – 21:00 hrs. JUEVES 19:30 - 21:00 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

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.

PLAN OLÍMPICO 2020
COORDINACIÓN TÉCNICA METODOLÓGICA ADO CHILE
UNIDAD TÉCNICA METODOLÓGICA

INFORME TÉCNICO MENSUAL 2024

Observación	Evento y Sede	Atleta	Prueba / División		Resultados	Posiciones

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

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.

Sin lesiones o problemas médicos

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

Los atletas se encuentran en buena forma física en general

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

6. Otros aspectos que considere de interés



PLAN OLÍMPICO 2020
COORDINACIÓN TÉCNICA METODOLÓGICA ADO CHILE
UNIDAD TÉCNICA METODOLÓGICA

INFORME TÉCNICO MENSUAL 2024

_____Rodrigo Paz C._____

Firma del preparador físico

ASISTENCIA
MARZO 2024

			MARZO											
			LU	MA	JU	LU	MA	JU	LU	MA	JU	LU	MA	JU
N	APELLIDO	NOMBRE	4	5	7	11	12	14	18	19	21	25	26	28
1	Bozzo	Natalia	A	A	P	A	P	A	P	P	P	A	A	P
2	Muñoz	Magdalena	P	A	P	A	A	P	A	P	A	P	P	A
3	Escalona	Monica	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P
4	García	Jesús	A	A	P	A	A	P	A	P	A	P	P	P
5	García	Clemente	A	P	P	A	P	A	P	P	A	P	P	P
6	González	Julián	A	A	P	A	A	A	P	A	A	A	A	A
7	Riquelme	Cesar	A	P	P	P	A	P	A	A	P	P	P	P