

PLAN OLÍMPICO 2024
COORDINACIÓN TÉCNICA METODOLÓGICA ADO CHILE
UNIDAD TÉCNICA METODOLÓGICA

INFORME TÉCNICO MENSUAL 2024

Mes	Febrero
Deporte:	Pelota Vasca - Fronton -
Nombre del Entrenador:	CARLOS M MOFFA

INFORME TÉCNICO

1. Lugar y horarios de entrenamiento
Centro Vasco: Martes y jueves 16:00hs a 21:30hs. Sábado 9hs a 13hs Club Español Las Condes: Lunes, Miércoles y Viernes 17hs - 21hs El Horario este periodo cambiara debido arreglos en el estadio español para los juegos panamericanos

2. Durante el último mes, indique qué aspectos de la preparación (Física, Técnica, Táctica, Psicológica y otras) trabajó con los atletas y explique brevemente.
En este mes se continua el periodo preparatorio general, donde se busca que los atletas vuelvan a periodizar los entrenamientos y se cumpla todo el proceso de adaptación y mantenimiento de las cargas, tomando en cuenta que es un mes donde muchos toman un descanso o vacaciones y se ve un poco cortado el ciclo de los entrenamientos. Tambie este mes se apoyo la escuela menor para reforzar la parte técnica y ayudar a los más pequeños a mejorar todo lo que tiene que ver con posiciones básicas, dominio de tomada y pegada.

3. Indique las pruebas, test pedagógicos, chequeos o controles técnicos realizados, y haga un breve análisis.
En este mes se tomara en cuenta la preparación física la cula servirá para el próximo mes realizar mediciones y observar avances y debilidades o potenciales de cada atleta.

Se involucraron competencias físicas para mantener la llama de la competencia Sana y deportiva.1



PLAN OLÍMPICO 2024
COORDINACIÓN TÉCNICA METODOLÓGICA ADO CHILE
UNIDAD TÉCNICA METODOLÓGICA

INFORME TÉCNICO MENSUAL 2024

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

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

No aplica

6. 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.

7. 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

En esta etapa como objetivo general será mejorar las capacidades aeróbicas y Fuerza para tener una buena base solida para lo que se viene en este nuevo año, sin descuidar el fortalecimiento técnico y diferentes capacidades de cada atleta.

Se involucraron competencias físicas para mantener la llama de la competencia Sana y deportiva.2



PLAN OLÍMPICO 2024
COORDINACIÓN TÉCNICA METODOLÓGICA ADO CHILE
UNIDAD TÉCNICA METODOLÓGICA

INFORME TÉCNICO MENSUAL 2024

8. Requerimientos y necesidades

9. Otros aspectos que considere de interés

No aplica

_____**CARLOS MOFFA**_____
Firma del entrenador

Se involucraron competencias físicas para mantener la llama de la competencia Sana y deportiva.³