

MEMORIA DE ACTIVIDADES TRIATLON ESCOLAR.

2016

FEDERACIÓN DE TRIATLÓN CASTILLA LA MANCHA



DEPORTE ESCOLAR



CASTILLA LA MANCHA



INDICE

INTRODUCCIÓN

ACTIVIDADES TRIATLON ESCOLAR 2016.

1. Toma de Tiempos Guadalajara 2016
2. Triatlón divertido y deporte escolar.
3. Calendario de actividades de carácter regional federado
4. Circuito Regional de Triatlón de categorías menores
5. Concentración técnica de perfeccionamiento y valoración de categorías menores
6. Campeonato de España de Triatlón en edad escolar por comunidades autónomas

DEPORTE ESCOLAR



CASTILLA LA MANCHA



Federación
Triatlón Castilla La Mancha



1. TOMA DE TIEMPOS GUADALAJARA 2016

Previo convocatoria de la Federación Española de Triatlón la Federación Regional realizó la toma de tiempos para control valoración y detección de talentos de los triatletas de categorías inferiores el 30 de Enero en Guadalajara , “Fuente de la niña”.

http://www.triatlonclm.org/competicion/toma_de_tiempos_2016/233



Programa Nacional de Tecnificación Deportiva
Toma de tiempos 2015
Clasificación Completa



APELLIDOS	NOMBRE	CLUB	FECHA NACIMIENTO	SEXO	CATEGORÍA	NAT100	NAT1000	CC400	CC1000	Puntos NAT100	Puntos NAT1000	Puntos CC400	Puntos CC1000	TOTAL PUNTOS
ROMO OLIVER	JAVIER	C. T. ALBACETE	06/01/1999	M	CDM2	00:58,90	12:02,00	00:56,10	02:38,00	11,0	10,8	11,0	11,0	43,8
CARVAJAL HERRERA	ANA	TRIATLON FERROL	08/01/1998	F	CDF3	01:04,80	12:44,00	01:07,90	03:10,00	11,0	10,6	11,0	11,0	43,6
SANCHEZ GARCIA	BELEN	STADIUM VENECIA	01/08/2000	F	CDF1	01:05,40	12:47,00	01:11,50	03:27,00	12,0	11,3	10,5	8,6	42,4
González García	Alberto	Independiente	15/06/1998	M	CDM3	00:58,40	11:24,00	00:59,10	02:42,00	11,0	11,0	9,9	10,4	42,3
SALAFRANCA LE TOULOUZAN	LUCIA	C. T. LAS ROSAS	24/05/1999	F	CDF2	01:04,30	12:59,00	01:06,80	03:11,00	11,0	9,1	11,0	10,8	41,9
SOUTO RAMOS	VICTOR	A.D. FOGAR	16/01/1998	M	CDM3	00:58,50	12:16,00	00:57,60	02:44,00	11,0	9,4	11,0	9,7	41,1
MARTINEZ GARCIA	ALVARO	MELILLA TRIATLON	23/05/1998	M	CDM3	00:59,70	12:08,00	00:57,70	02:47,00	11,0	10,2	11,0	8,8	41,0
GOMEZ CORTES	CARMEN	TRIATLON FERROL	09/08/1997	F	JNF1	01:06,60	12:12,00	01:09,30	03:09,00	10,0	10,0	10,0	10,0	40,0
FORQUES	ROMARIC	CIUDAD DE LUGO FLUVIAL	26/02/1999	M	CDM2	01:00,90	11:55,00	00:58,60	02:48,00	10,1	11,0	10,4	8,5	40,0
CARRION BAREA	ANNA	INDEPENDIENTE	17/07/2000	F	CDF1	01:07,40	12:59,00	01:12,10	03:30,00	12,0	10,1	9,9	8,0	40,0
VENEGAS ALONSO	PLACIDO ANTONIO	DIABILLOS DE RIVAS	23/02/1997	M	JNM1	00:55,60	11:22,00	00:54,80	02:41,00	10,0	10,0	10,0	9,7	39,7
GUERRERO MANSO	SARA	TRIATLON FERROL	14/12/1997	F	JNF1	01:03,10	12:03,00	01:08,70	03:12,00	10,0	10,0	10,0	9,6	39,6
González García	Ignacio	Independiente	19/04/1996	M	JNM2	01:00,70	12:00,00	00:57,50	02:38,00	9,3	10,0	10,0	10,0	39,3
GIL GREGORIO	MARTA	TRIATLON CIERZO	12/09/2000	F	CDF1	01:05,30	12:34,00	01:14,90	03:29,00	12,0	12,0	7,1	8,2	39,3
LLUCH PÉREZ	JAVIER	C. T. HURACAN VALENCIA	23/04/1998	M	CDM3	01:02,60	12:16,00	00:58,00	02:42,00	8,4	9,4	11,0	10,4	39,2
SANTAMARÍA SURROCA	CECILIA	CIUDADE LUGO FLUVIAL	02/02/1997	F	JNF1	01:05,20	12:25,00	01:11,00	03:09,00	10,0	10,0	9,0	10,0	39,0
CENDÁN LLORENS	ANDRÉS	TALLERES DAVID- COMPOSTELA	20/01/1997	M	JNM1	00:59,30	11:34,00	00:58,40	02:42,00	10,0	10,0	9,6	9,4	39,0

2. TRIATLON DIVERTIDO Y DEPORTE ESCOLAR.

Desde la Federación de triatlón de Castilla la Mancha queremos promover este deporte en las edades más tempranas donde existe menos conocimiento de este bonito deporte.

Desde la federación de triatlón de Castilla la Mancha hablamos del triatlón como fuente de valores, un concepto y una forma de ver este deporte a la que le damos mucha importancia, y como su nombre indica TRIATLON DIVERTIDO, cada uno de los triatletas tiene que disfrutar con este deporte.

Para llevarlo a cabo este proyecto a continuación se expone el procedimiento que vamos a seguir para la consecución de los objetivos propuestos:



DEPORTE ESCOLAR



CASTILLA LA MANCHA



TRIATLÓN 2017.



- **Visita a los colegios e institutos de toda Castilla la Mancha (Cuenca y Toledo).**

1. Acercarnos a los distintos colegios e institutos de la localidad.
2. Enseñar y dar a conocer el deporte del triatlón a través de una exposición en PPT.
3. Realizar actividades lúdicas y motivantes relacionadas con nuestro deporte, con las que trabajaremos los anteriores objetivos y contenidos expuestos en el anterior punto.

Seguiremos la siguiente metodología y orden en las actividades o conjunto de tareas que los alumn@s deben realizar para alcanzar los objetivos previstos y adquirir los contenidos seleccionados. Las sesiones estarán compuestas por las siguientes actividades:

- **ACTIVIDADES DE CALENTAMIENTO.**

- **ACTIVIDADES ESPECÍFICAS.**

- A. Ejercicios coordinación
- B. Ejercicios de carrera a través de juegos
- C. Ejercicios de transiciones.
- D. Ejercicios simulación de la competición.

- **ACTIVIDADES DE VUELTA A LA CALMA.**

4. Conclusión de la jornada
5. Para finalizar organizaremos una competición reuniendo a todos los colegios e institutos integrados en nuestro programa.

- **Competición interescolar.**

Se organizara una competición para las distintas edades (5 y 6 de primaria y 1 y 2 de la E.S.O), entre la totalidad de los colegios visitados, donde competirán y demostraran sus habilidades individuales y los conocimientos y destrezas aprendidas con nosotros.

- **Promoción por los pueblos, anterior a su competición.**

Aprovechando las competiciones de triatlón que se realizarán en estos pueblos, nuestro propósito es visitar estos pueblos la semana de antes para promocionar y dar a conocer este deporte, para a la hora de la realización de la competición los niños conozca el funcionamiento de este deporte y puedan apuntarse a la competición.

El procedimiento a seguir es el mismo que en las visitas escolares



DEPORTE ESCOLAR



CASTILLA LA MANCHA



1. Acercarnos a los distintos colegios e institutos de la localidad.
2. Enseñar y dar a conocer el deporte del triatlón a través de una exposición en PPT.
3. Realizar actividades lúdicas y motivantes relacionadas con nuestro deporte, con las que trabajaremos los anteriores objetivos y contenidos expuestos en el anterior punto.

Seguiremos la siguiente metodología y orden en las actividades o conjunto de tareas que los alumn@s deben realizar para alcanzar los objetivos previstos y adquirir los contenidos seleccionados. Las sesiones estarán compuestas por las siguientes actividades:

- Actividades de calentamiento.
- Actividades específicas.
 - A. Ejercicios coordinación
 - B. Ejercicios de carrera a través de juegos
 - C. Ejercicios de transiciones.
 - D. Ejercicios simulación de la competición.
- Actividades de vuelta a la calma.
- 4. Conclusión de la jornada
- 5. Competición escolar de promoción.

3. CALENDARIO DE ACTIVIDADES DE CARÁCTER REGIONAL.

Competición	Tipo	Fecha	Distancias	Lugar	Ámbito	Ins.
» PROVINCIAL DEPORTE ESCOLAR CIUDAD REAL	Duatlón Deporte Escolar	06/03/2016	Según Categorías	TOMELLOSO	Deporte Escolar	Abierta
» PROVINCIAL DEPORTE ESCOLAR ACUATLON GUADALAJARA	Acuatlón Deporte Escolar	07/05/2016	Según Categorías	GUADALAJARA	Deporte Escolar	Abierta
» PROVINCIAL DEPORTE ESCOLAR ACUATLON EN TOMELLOSO	Acuatlón Deporte Escolar	14/05/2016	Según Categorías	TOMELLOSO	Deporte Escolar	Abierta
» PROVINCIAL DEPORTE ESCOLAR ACUATLON ALBACETE	Acuatlón Deporte Escolar	21/05/2016	Según Categorías	ALBACETE	Deporte Escolar	Abierta
» PROVINCIAL DEPORTE ESCOLAR TRIATLÓN CUENCA	Triatlón Deporte Escolar	21/05/2016	Según Categorías	CUENCA	Deporte Escolar	Abierta
» PROVINCIAL DEPORTE ESCOLAR EN TOLEDO- SUSPENDIDO	Duatlón Deporte Escolar	04/06/2016	Según categorías	TOLEDO	Deporte Escolar	Abierta
» REGIONAL DEPORTE ESCOLAR	Triatlón Deporte Escolar	11/06/2016	Según categorías	CAMPO DE CRIPTANA	Deporte Escolar	Abierta
» PROVINCIAL DEPORTE ESCOLAR LA RODA	Duatlón Deporte Escolar	22/10/2016	Según categorías	LA RODA	Deporte Escolar	Abierta

http://www.triatlonclm.org/deporte_escolar/escolar/



4. CIRCUITO REGIONAL DE TRIATLÓN DE CATEGORÍAS MENORES

<http://www.triatlonclm.org/archivos/circuitos/10/CIRCUITO+DE+CATEGORIAS+MENORES.pdf>

• PRUEBAS DEL CIRCUITO FEDERACIÓN DE CATEGORÍAS MENORES 2016:

Modalidad y distancia	Prueba
Duathlon de Carretera	
Triatlón Sprint/Cross	Triatlón promoción de Agramon Triatlón de menores Pareja Triatlón de menores Alcala del Jucar
Triatlón/Duatlón: prueba de deporte escolar por provincia.	Provincial Dep. escolar Guadalajara Provincial Dep. escolar Tomelloso Provincial Dep. escolar Albacete Provincial Dep. escolar Cuenca Provincial Dep. escolar Toledo Regional Dep. Escolar. Criptana

http://www.triatlonclm.org/noticia/ganadores_del_circuito_federaciOn_2016/187

5. CONCENTRACIÓN TÉCNICA DE PERFECCIONAMIENTO Y VALORACIÓN DE CATEGORÍAS MENORES

La residencia San Servando, acoge otro año la concentración de categorías Cadete/junior para federados

El pasado mes de Agosto la Federación regional de Triatlón con la colaboración de la Junta de Comunidades de Castilla la Mancha realizó la 4ª concentración de categorías menores del 16 al 22 de Agosto en el Castillo de San Servando, Toledo. Esta concentración contó con la participación de 29 triatletas de categorías Cadete y Junior.

Durante esos días se llevaron a cabo labores de formación de los triatletas por una parte durante los entrenamientos que se realizaron fomentando los 7 hábitos de vida saludables y el conocimiento de la técnica y los diferentes métodos de entrenamiento, y por otra parte en las actividades de Nutrición deportiva y análisis de la composición corporal y del análisis de la técnica de carrera de cada deportista. También se fomentó la cohesión entre los deportistas de la región con unos excelentes resultados. Y por último por parte de la federación se tomaron datos de control y detección de futuros talentos deportivos en nuestra región.



6. CAMPEONATO DE ESPAÑA DE TRIATLÓN EN EDAD ESCOLAR POR COMUNIDADES AUTÓNOMAS

La federación regional represento a Castilla la Mancha en este Campeonato durante los días 18 al 19 de junio en Aguilar de Campo, Castilla y León, contando con la siguiente selección:

Selección Masculina:

- Javier Romo
- Mario Sanz
- Lucas Gómez
- Ángel Sánchez

Selección Femenina

- María Guerra
- Cristina Torralba.
- Ángela Ojeda
- Ana González



11º Clasificados en la General

<http://www.triatlonclm.org/archivos/dpte/90/PROYECTO%20TRIATLON%20ESCOLAR%202015-2016..pdf>

