

## Comunicado 06 / 2018

### A TODAS LAS FEDERACIONES AUTONÓMICAS

**Asunto: CONVOCATORIA JAN '18 (JORNADAS DE ALTO NIVEL).**



La Real Federación Española de Patinaje, en colaboración con el Ayuntamiento de Ciudad Real, su Patronato Municipal de Deportes, el Club Sportia y la Fed. de patinaje de Castilla La Mancha, organiza la **1ª Edición de las Jornadas de Alto Nivel de Patinaje Freestyle**, a celebrar en dicha localidad del 10 al 14 de julio de 2018.

El Director Técnico del curso, Seleccionador Nacional de Inline Freestyle, D. Iñaki Ramón Astuy, contará con los docentes nacionales e internacionales especialmente elegidos para esta formación.

Los principios fundamentales de las Jornadas de Alto Nivel convocadas son:

- El perfeccionamiento de las capacidades técnicas de los participantes.
- Desarrollo del Alto Rendimiento Deportivo.

#### **A QUIÉN VA DESTINADO**

Patinadores y monitores o entrenadores que quieran ampliar sus conocimientos técnicos. Las jornadas están diseñadas para una formación conjunta entre patinadores y entrenadores.

Para participar en estas Jornadas de Alto Nivel se requiere un nivel medio/alto de conocimiento del patinaje Inline Freestyle. En conjunto, se va a desarrollar el perfeccionamiento de todas las modalidades del Patinaje Freestyle y una importante base de la Psicología Deportiva, para un aprovechamiento óptimo.

#### **LUGAR Y FECHAS DE CELEBRACIÓN**

Ciudad Real, del 10 al 14 de julio de 2018.

- ✓ **LLEGADA:** el lunes 9 de julio entre las 12:00 y las 21:00 h a la Residencia Don Quijote (información más detallada en apartado de instalaciones).
- ✓ **SALIDA:** el domingo 15 de julio a las 12:00 horas.



## REQUISITOS PARA SOLICITAR LA INSCRIPCIÓN

Para realizar la solicitud de plaza será necesario:

- a) Rellenar el siguiente formulario de solicitud completamente rellenado:

<https://goo.gl/forms/udjE0lks89P3wcSU2>

- b) Enviar la siguiente documentación a [freestyle@fep.es](mailto:freestyle@fep.es):

- Justificante de ingreso de 100 € para la solicitud de plaza (se devolverá si no se consigue plaza), a nombre de Real Fed. Española de Patinaje - **LA CAIXA IBAN ES27 2100-3048-72-2200283246. Muy importante: indicar en concepto: nombre del patinador y "solicitud plaza JAN".**
- Fotografía reciente tamaño carnet.
- Licencia federada 2018.
- CV deportivo completo y actualizado.
- Carta de solicitud en la que se expliquen los motivos, méritos e interés por participar en las JAN.

Los menores deberán enviar una autorización expresa del padre/madre o tutor para poder asistir.

Tras el cierre del plazo de solicitudes se procederá a la evaluación de las mismas por parte del cuerpo técnico encargado del evento y, en el plazo de una semana se publicarán las adjudicaciones en [www.fep.es](http://www.fep.es) mediante circular del CNF.

Tras la confirmación de plaza, se dispondrá de 48 h para realizar el ingreso del importe restante (250 € a nombre de Real Fed. Española de Patinaje - **LA CAIXA IBAN ES27 2100-3048-72-2200283246**), **indicando en el concepto el nombre del patinador y "Plaza adjudicada JAN"**.

**No se devolverán importes satisfechos una vez publicada la confirmación de las plazas.**

**El precio total de las JAN es de 350 €** e incluye alojamientos en pensión completa, la formación ofertada durante las JAN y un seguro de accidentes para todos los asistentes. Se celebrarán distintas actividades complementarias de carácter lúdico y deportivo.

## PLAZO DE SOLICITUDES DE INSCRIPCIÓN Y NÚMERO DE PLAZAS DISPONIBLES

**APERTURA DE PLAZO DE SOLICITUDES:** 27 de marzo de 2.018.

**CIERRE DE PLAZO DE SOLICITUDES:** 30 de abril de 2.018.

**PUBLICACIÓN DE ADJUDICACIÓN DE PLAZAS:** 7 de mayo de 2.018, como máximo.

**PLAZAS DISPONIBLES:** 30.



## ALOJAMIENTO E INSTALACIONES

- **RESIDENCIA UNIVERSITARIA DON QUIJOTE.** C/ Juan Ramón Jimenez, 2. CP 13004, Ciudad Real.

Incluye: servicio de desayuno, comida y cena durante toda la estancia. Comida del día 9 y desayuno del 15 de Julio están incluidos. Sábanas y toallas incluidas.

Otros servicios de la residencia: Comedor (Autoservicio), lavandería (Autoservicio), abierta las 24 horas, biblioteca, salón de actos, 2 salas de TV y vídeo, sala de juegos, gimnasio, pista polideportiva, piscina, sala de tenis de mesa, aula de internet, Wifi,...



- **INSTALACIONES DEPORTIVAS**

- **Pabellón Puerta de Santa María.** Camino Campillo, 17 - 13002 Ciudad Real. Suelo de parqué.



- Pista cubierta del Patronato Municipal de Deportes. Junto a la Residencia universitaria. C/ Juan Ramón Jiménez, 2 - 13004 Ciudad Real. Suelo de hormigón pulido.



#### EQUIPO TÉCNICO Y FORMADORES

- **DIRECTOR:** Iñaki Ramón Astuy. Seleccionador y coordinador CNF.
- **COORDINADOR:** Antonio Gallego. CNF.
- **TÉCNICO CNF:** Alba Martín. Responsable ET del CNF.
- **FORMADORES:**
  - **Freestyle Slalom (Classic, Battle y Jam):** **Kristina Lysenko (Rusia)**
  - **Coach Deportiva:** **Montse Cascalló (España)**
  - **Salto:** **Florian Petitcollin (Francia)**
  - **Derrapes:** **Huang Hai Yang (China)**
  - **Speed Slalom:** **Yohan Fort (Francia)**
- **Otros colaboradores.**

Durante todas las jornadas se dispondrá de traductores de Chino, Francés e Inglés a Español.

## PROGRAMACIÓN

Los técnicos de las JAN impartirán sus conocimientos dividiéndolos en una parte teórica y otra práctica, exceptuando la parte de Coaching deportivo, que será teórica. Los bloques teóricos se impartirán en un aula destinada a tal fin y los bloques prácticos se desarrollarán en las instalaciones deportivas indicadas.



### ○ **Kristina Lysenko:**

Nos enseñará cómo optimizar una ronda de Classic y una ronda de JAM. Igualmente impartirá un bloque de técnica avanzada dirigida al aprendizaje de figuras de rango A y B de la matriz WSSA de Freestyle; y cómo transmitir el conocimiento a los patinadores en caso de ser un entrenador.



### ○ **Florian Petitcollin:**

Impartirá un bloque específico con las diferentes técnicas de salto, tomas de impulso dirigidas al salto, posición óptima durante y tras el salto, etc. Complementariamente dirigirá un bloque específico de entrenamiento de Salto con ejercicios de mejora de potencia, recepción, etc. Se incidirá en la transmisión del conocimiento de salto para los entrenadores.



### ○ **Huang HaiYang:**

Impartirá un bloque específico de derrapes, centrado en la realización y enseñanza de los mismos. Para ello se realizarán diferentes trucos de derrapes, técnicas progresivas para los mismos, enseñanza de derrapes de nivel A y B de la matriz, posiciones correctas del derrape y sus tempos (prolongación en el tiempo del derrape, detención del mismo etc.). Complementariamente existirá un bloque específico de entrenamiento de derrapes, con ejercicios de mejora de potencia, material a usar en función del suelo, etc.



### ○ **Montse Cascallo:**

En esta materia aprenderemos a trabajar la parte psicológica previa, durante y después de la competición; así como a trabajar la motivación y técnicas de activación y relajación para estar en un estado óptimo de competición.



### ○ **Yohan Fort:**

Impartirá un bloque específico de Speed Slalom dirigido a conseguir el máximo nivel posible, entrenando los distintos elementos técnicos de esta modalidad, las distintas fases de una carrera de speed, entradas y salidas de la fila de conos, empuje, etc. Como en los casos anteriores, existirá un bloque de ejercicios específicos para entrenar y mejorar en velocidad y cómo enseñarlos a los alumnos en caso de ser un entrenador.

Estos son los horarios provisionales, susceptibles de ser actualizados en función de la disponibilidad de los formadores:

	Lunes 9 Julio	Martes 10 Julio	Miércoles 11 Julio	Jueves 12 Julio	Viernes 13 Julio	Sábado 14 Julio	Domingo 15 Julio
7-8							Salida
8-9	DESAYUNO						
9-10	Llegada	Speed Slalom Yohan Fort	Salto Florian Petit Colin	Derrapes Huang HaiYang	Coaching Deportivo Montse Cascallo	Coaching Deportivo Montse Cascallo	
10-11							
11-12							
12-13	COMIDA						
13-14							
14-15	Llegada	Salto Florian Petit Colin	Freestyle Kristina Lysenko	Speed Slalom Yohan Fort	Freestyle Kristina Lysenko	Freestyle Kristina Lysenko	
15-16							
16-17							
17-18	Llegada	Derrapes Huang HaiYang	Speed Slalom Yohan Fort	Salto Florian Petit Colin	Derrapes Huang HaiYang	Coaching Deportivo Montse Cascallo	
18-19							
19-20							
20-21	CENA						
21-22							

### MATERIAL NECESARIO ORIENTATIVO

Ropa de entrenamiento suficiente para los distintos días del curso, patines y accesorios, muñequeras para salto (casco opcional), calzado deportivo, toalla de ducha y de piscina, bañador, chancletas, crema solar, gorra, accesorios de higiene personal, (las sábanas y toallas están incluidas), original de la Tarjeta Sanitaria o fotocopia compulsada.

Madrid, a 27 de marzo de 2018



Fdo. José Luis Bedmar  
Director Comité Nacional Patinaje Freestyle