



PROGRAMA GES Convocatoria I



Federación Madrileña de Natación



Centro de Natación M-86
C/ José Martínez de Velasco Nº3 28007 MADRID
Telf: 91 4337112 Fax: 91 5012896
www.fmn.es



A. OBJETIVOS GENERALES

Complementar la formación recibida por los nadadores jóvenes en sus clubes para un futuro desarrollo competitivo en un Grupo Especial de Seguimiento (GES) aprovechando la estructura del Centro Especializado de Tecnificación Deportiva M-86 (CETD M-86).

B. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Conseguir un dominio técnico de los cuatro estilos en cuanto a coordinación y destreza en el medio acuático.
- Perfeccionar las habilidades de competición: deslizamientos en posición de flecha, nado subacuático, salidas y virajes de todos los estilos.
- Desarrollar las habilidades de competición y una correcta técnica de nado de cualquier estilo en series largas submáximas y en sprints de corta duración.
- Reforzar y concienciar de la importancia de la eficiencia de brazada para mejorar el rendimiento y prevenir lesiones.
- Fomentar una actitud y unos valores en la relación esfuerzo/resultado y en el concepto de perseverancia que favorezca el desarrollo deportivo y personal.
- Evaluar las capacidades físicas y técnicas de los nadadores seleccionados en la convocatoria por la Federación Madrileña de Natación (FMN) y de los nadadores propuestos por sus propios clubes.

C. EDADES DE PARTICIPACIÓN

La Convocatoria I del Programa GES está orientada a deportistas de las siguientes edades:

GÉNERO	AÑOS DE NACIMIENTO
MASCULINO	2004, 2005 y 2006
FEMENINO	2005, 2006 y 2007



D. CRITERIOS DE SELECCIÓN

Se ha realizado en base al número de apariciones en las diferentes pruebas del ranking madrileño para cada edad, teniendo en cuenta los resultados de la temporada anterior de las siguientes competiciones:

- En categoría alevín:
 - o Liga Madrileña (6 jornadas)
 - o Campeonato de Madrid (invierno y verano)
 - o Copa de Clubes

- En categoría benjamín:
 - o Liga Madrileña (6 jornadas)
 - o Copa de clubes

La **asistencia** y el **compromiso** de los nadadores seleccionados al Programa GES es un requisito imprescindible para su posterior convocatoria o para otras actividades organizadas por la FMN.

E. NADADORES CONVOCADOS

1	PABLO FLORES ALVAREZ	CN CIUDAD DE ALCORCON	M04
2	DAVID NIETO RINCON	CD EL VALLE	M04
3	IÑIGO INFANTE HERNANDO	CN LEGANES	M04
4	SOFIA ALONSO MARTINEZ	CN MADRID MOSCARDO	F05
5	LUCIA VARELA ALONSO	CD EL VALLE	F05
6	LAURA SANCHEZ SANCHEZ	CD SIERRA DE GUADARRAMA	F05
7	CARLOS MELGUIZO GALINDO	CD GREDOS SAN DIEGO	M05
8	RAUL QUIÑONERO FERNANDEZ	CD GREDOS SAN DIEGO	M05
9	ESTHER GOMEZ JIMENEZ	CN VALLMONT	F06
10	ZOE FERNANDEZ JONGEN	CN VALLMONT	F06
11	ERIK CASTELLO BLASCO	CD SIERRA DE GUADARRAMA	M06
12	SARA MENDOZA GOMEZ	CN SAN BLAS	F07

* Clubes pertenecientes a la temporada 2016/17

La Convocatoria I del Programa GES está diseñada aprovechando la estructura del grupo externo de natación del CETD M-86.

Los nadadores convocados están invitados a realizar dos sesiones semanales de entrenamiento en P50, entre el 6 de noviembre y el 26 de enero, los días que se detallan a continuación:

LUNES de 18:30 a 20:30 y VIERNES de 18 a 20 horas

También tendrán la posibilidad de entrenar los **SÁBADOS** y **FESTIVOS** del periodo de la convocatoria en horario de mañana, solicitándolo previamente a través del club para confirmar el horario de la sesión en la siguiente dirección de e-mail: juanfran.garcia@fmn.es

Los entrenadores de los clubes con deportistas becados en el grupo externo del CETD M-86 o seleccionados para el Programa GES pueden participar activamente en las sesiones de entrenamiento comunicándolo previamente en la anterior dirección de e-mail.

La convocatoria es abierta, por lo que los clubes pueden proponer a sus deportistas para participar en el Programa GES a expensas de la aprobación de la Dirección Técnica de Natación de la FMN.

En momentos puntuales, se valorará la opción de que algunos deportistas alevines de la convocatoria puedan entrenar con el grupo escolarizado de natación del CETD M-86.

Madrid, octubre
de 2017