

## ÁREA TÉCNICA

### CIRCULAR 078/2021

Madrid 20 de diciembre de 2021

Para general conocimiento de clubes entrenadores y atletas



### JORNADA TECNIFICACIÓN MEDIO FONDO, FONDO PROTAMA 3.0

La Federación de Atletismo de Madrid desarrollando el programa de Tecnificación Deportiva PROTAMA 3.0, organiza a propuesta del Comité Técnico, la siguiente Jornada Técnica de medio fondo, fondo en la que se convoca a los atletas y sus entrenadores, siendo obligatorio para los pertenecientes a PROTAMA, incluidos los lesionados que asistirán como oyentes.

**FECHA:** 8/01/2022  
**HORA DE LA ACTIVIDAD:** De 11:00h a 13:00h.  
**LUGAR:** Cerro los Ángeles de Getafe

#### ENTRENADORES RESPONSABLES:

- ISIDRO RODRIGUEZ MARTIN
- IGNACIO MARTIN TREJO CARMONA
- LUIS MIGUEL MARTIN BERLANAS
- JUAN CARLOS BARRERO RUEDA

#### ATLETAS CONVOCADOS:

APELLIDOS, NOMBRE	CLUB	ENTRENADOR
ARENAL ARRIBAS, ITZIAR	GO FIT ATHLETICS	JUAN MANUEL DEL CAMPO VECINO
BLANCO REPILA, JIMENA	C.D. BASE	DANIEL BARROSO SAEZ
DE FRUTOS QUINTANA, ALVARO	AJALKALA	ANTONIO FERNANDEZ LARRAGUETA
MARTIN GOMEZ, PAULA ISABEL	C.D. BASE	JAVIER LAZARO MARTINEZ
OLIVO MERCEDES, RONALDO	ARDILLAS DE EL ESCORIAL	ALVARO LOPEZ COTILLO
SOUADI, ALAA	POLIDEPORTIVO GETAFE	IGNACIO MARTIN TREJO CARMONA
BLANCO REPILA, ADRIANA	C.D. BASE	DANIEL BARROSO SAEZ
IBAÑEZ JARAMILLO, ALEJANDRO	SUANZES SAN BLAS	SILVIA RODRIGUEZ MORALES
RUBIO GONZALEZ, DANIELA	SUANZES SAN BLAS	ISIDRO RODRIGUEZ MARTIN

Trabajo a desarrollar.

11:00: Presentación

11:30: Ejercicios de Calentamiento.

12:00: Rodaje **RECONOCIMIENTO “POSIBLE CIRCUITO CAMPEONATO DE ESPAÑA CAMPO A TRAVES SUB 18 Y SUB 16”**

12:45: Charla y despedida.

**NOTA IMPORTANTE:** Esta convocatoria se encuentra sujeta a las **“posibles medidas que se puedan tomar, a fecha de la misma” en prevención de la TRANSMISION DE LA COVID 19.** Por ese mismo motivo, y con el fin de que el número de asistentes no sea excesivo, se hace “sin invitados” y se limita, exclusivamente, a atletas PROTAMA. Esperamos, que en un futuro próximo, podamos contar también con “*invitados*” tanto de atletas como de sus entrenadores.

FDO.- SANTIAGO DIEZ RODRIGUEZ  
Director Técnico

Vº. Bº. ISIDRO ARRANZ JUANILLA  
Presidente