



Federación Deportiva Peruana de Natación

MIEMBRO DEL I.P.D. Y C.O.P.
AFILIADA A LA FINA, CONSANAT Y UANA

Lima, 09 de mayo de 2017

Oficio Cir. N° 031-FDPN-2017

Señores
CLUBES AFILIADOS A LA FDPN
Presente.-

De nuestra consideración:

Es grato dirigirnos a ustedes y a la vez hacer de conocimiento que se llevará a cabo la Clínica FINA para entrenadores en la disciplina de Natación, con el ponente:

- RAUL BERNAL

Por tal motivo hacemos conocer a todos los interesados la programación de este curso.

CLINICA DE NATACIÓN FINA

LIMA, PERÚ; 22 AL 26 DE MAYO DE 2017

DIA 22:

- 09:30 – 12:00: "Bases teóricas de la Planificación a Largo Plazo" (teórico).
- 18:00 – 19:15: "La planificación de una temporada para jóvenes" (teórico)
- 19:15 – 20:30: "Aplicaciones prácticas del entrenamiento con jóvenes (organización de una sesión de trabajo)" (teórico)

DIA 23:

- 09:30 – 11:00: "La técnica como base del trabajo con jóvenes" (teórico).
- 11:00 – 12:30: "Entrenamiento técnico de salidas y virajes en jóvenes" (teórico).
- 17:30 – 20:00 "Taller práctico de trabajo de técnica con jóvenes 1 (salidas y virajes)" (práctico en piscina).

DIA 24:

- 09:30 – 12:00: "La técnica como base del trabajo con jóvenes (mariposa y espalda)" (teórico).
- 17:30 – 20:00: "Taller práctico de trabajo de técnica con jóvenes III (generalidades, mariposa y espalda)" (práctico en piscina).

Piscina Olímpica del Campo de Marte

Jr. Nazca cdra.6 s/n Lima 11, Perú
Telef: 424-3538 - 433-5321
fdpn@fdpn.com.pe www.fdpn.org



Federación Deportiva Peruana de Natación

MIEMBRO DEL I.P.D. Y C.O.P.
AFILIADA A LA FINA, CONSANAT Y UANA

DIA 25

- 09:30 – 12:00: "La técnica como base del trabajo con jóvenes (braza y crol)" (teórico).
- 17:30 – 20:00: "Taller práctico de trabajo de técnica con jóvenes III (braza y crol)". (práctico en piscina).

DIA 26

- 09:30 – 11:00: "El trabajo de seco en natación, aplicaciones prácticas para el trabajo con jóvenes" (teórico).
- 11:00 – 12:00: "Medios útiles de control del entrenamiento (test)" (teórico).
- 17:30 – 20:00: "Taller práctico de trabajo de seco en natación" (práctico en gimnasio – sala fitness)

LUGAR: Federación Deportiva Peruana de Natación (Jr. Nazca s/n cdra. 6 – Jesús María)

INSCRIPCIONES: fdpn@fdpn.com.pe

Indicando Nombre completo, Nro. DNI y fecha de Nacimiento.

El presente curso no tiene costo

Atentamente,



Federación Deportiva Peruana de Natación

MIRTHA DEL CARMEN VICUÑA YON?
Secretaria



Federación Deportiva Peruana de Natación

CARLOS EDUARDO TABINI PAREJA
Presidente

Piscina Olímpica del Campo de Marte

Jr. Nazca cdra.6 s/n Lima 11, Perú
Telef: 424-3538 - 433-5321
fdpn@fdpn.com.pe www.fdpn.org