

JORNADAS TÉCNICAS 2023



M. CORBERA

A. JACOME



Comité
Paralímpico
Español



COMITÉ OLÍMPICO
ESPAÑOL



LOTERÍAS
CON EL DEPORTE



IBERDROLA



Asturias
paraíso natural

TOYOTA

NELO



AUSTRAL

DINGONATURA
Too Natural Pet Food



promesas
paralímpicas
Equipo piragüismo

En la actualidad, cada vez son más las personas que están practicando piragüismo, bien como con el fin del alto rendimiento o simplemente como vía para mantenerse en forma y que los lleve a una mejor calidad de vida en cuanto al tema de la salud. Ambos practicantes necesitan de alguien que los guíe y los asesore a lo largo de todo el proceso de aprendizaje y desarrollo deportivo como pasa en otras áreas tanto de desarrollo personal como profesional.

Es aquí donde entra la figura del entrenador/a o técnico deportivo, usualmente hace unos años los entrenadores tenían una educación básica y obtenían su experiencia de una forma más empírica, basándose en vivencias personales y dejando un poco de lado la academia. Con el paso de los años el propio piragüista ha tenido acceso a información, a veces científica otras simplemente pseudocientífica sobre entrenamiento y rendimiento deportivo, lo que lo ha vuelto más exigente con demandas más personalizadas en busca de un servicio profesional y de alta calidad.

Debido a esto, la preparación de los entrenadores/as y la constante formación es un factor clave para poder sobresalir en este deporte que está en continua evolución. El entrenador/a, en ocasiones se queda obsoleto, cada vez sale un nuevo estilo de entrenamiento como por ejemplo en su momento el Crossfit o el HIIT (Entrenamientos a intervalos de alta intensidad), ahora observamos nuevas tendencias en las embarcaciones y las palas que varían el gesto técnico o en propia planificación con la “planificación inversa”.

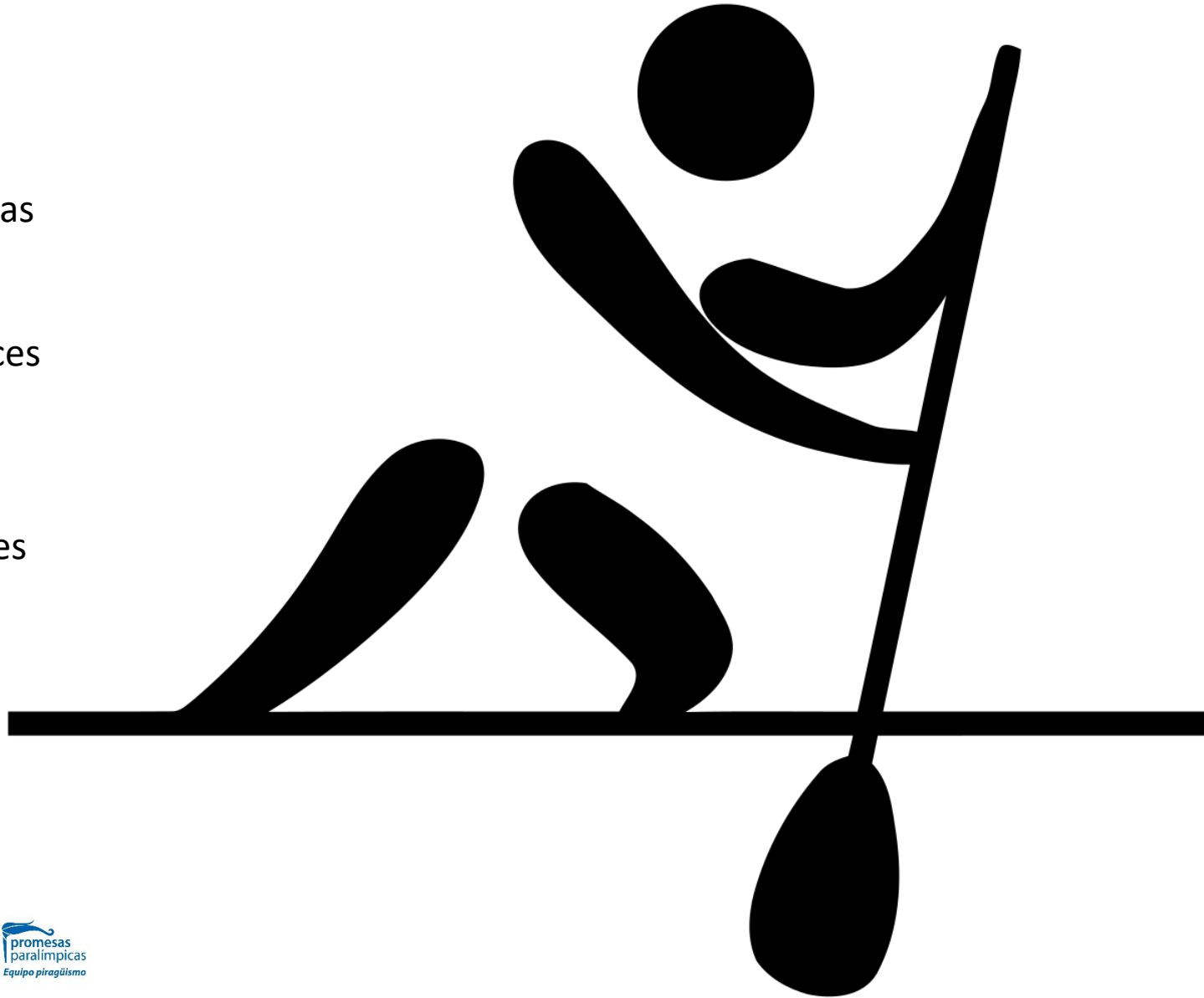
Una manera práctica y profesional de prepararse es realizando cursos de formación como los que proporciona la RFEP-ENEP donde se ofrecen presentaciones en áreas como acondicionamiento físico, planificación del entrenamiento, entre otros, basadas en evidencias científicas y expuestas por entrenadores y expertos.

Javier Hernánz



Objetivos

- Proporcionar a los entrenadores de piragüismo unas jornadas que sirvan de nexo para la difusión de conocimientos científicos y deportivos, al igual que facilitar a los asistentes la actualización en los avances técnicos y tácticos que han aparecido en el piragüismo en los últimos años.
- Posibilitar el intercambio de los diferentes enfoques y técnicas aplicadas al entrenamiento según la diferenciación de género.





SAVE THE DATE





Alberto García Bataller
Profesor, U. Politécnica de Madrid
Facultad Ciencias del deporte



Jesús Cobos Tellez
Entrenador nacional de piragüismo

9:00 Recogida documentación

9:15-9:30 Inauguración

9.30-10:45 (Taller teórico-práctico)

Alberto García Bataller

Entrenamiento y mujer: aspectos
determinantes en la planificación deportiva

10:45-11:45

Jesús Cobos

Claves del éxito en la planificación del 200m y
500m

11:45-12:00 PAUSA CAFÉ



Kiko Martín.

Entrenador equipo nacional de canoa
Entrenador nacional de piragüismo

12:00-13:15

Kiko Martín

Entrenamiento técnico en CANOA: buscando la
excelencia



Toni Anglada

Entrenador nacional de piragüismo

13:15-14:00 (Taller teórico-práctico)

Toni Anglada y Jaume Mestre

Tecnología y análisis de datos aplicados al
piragüismo de alto nivel



Jaume Mestre

Entrenador nacional de piragüismo
Master en Alto Rendimiento

14:00-15.30 COMIDA





Fernando Alacid Cárceles.
Profesor Universidad Almería

15:30-16:15

Fernando Alacid Cárceles

¿Es determinante la maduración biológica en las clasificaciones de los palistas jóvenes de aguas tranquilas?



Guillermo Diez-Canedo
Director Técnico Nacional de Slalom

16:15-17:00 (taller teórico-práctico)

Guillermo Diez-Canedo

RPE: cuantificación de la carga y herramienta de seguimiento de uso universal

17:00-17:15 Descanso/café



Natalia Martín Santos

Entrenadora equipo nacional de Kayak
Entrenadora nacional de piragüismo

17:15-18:00

Natalia Martín Santos (taller teórico-práctico)

Análisis del nivel técnico y carga mental del grupo de entrenamiento Sub-23 del CEAR de Sevilla



Manuel Fernández Sanjurjo

Phd asesor nutricional de piragüistas-ATHMIRE.
Investigador postdoctoral-ISPA.

18:00-19:00

Manuel Fernández Sanjurjo (taller teórico-práctico)

Planificación nutricional en piragüistas: papel y necesidades de los carbohidratos



Domingo Ramos Campo

Profesor, U. politécnica de Madrid
Facultad Ciencias del deporte

19-20

Domingo Ramos Campo

Entrenamiento en Altitud: efecto sobre el rendimiento y la salud del deportista

JORNADAS TÉCNICAS 2023



Manuel Isorna Folgar
Director de la Escuela Nacional de
Entrenadores de la RFEP



Comité
Paralímpico
Español



COMITÉ OLÍMPICO
ESPAÑOL

