



PROGRAMA TECNIFICACIÓN SUB 20

TEMPORADA 2023 – 2024

1ª JORNADA

1. Fechas y lugar:

- Piscina Inacua Málaga
- 16 de Diciembre de 2023.

2. Participación:

- Está dirigida a aquellos nadadores incluidos dentro del listado de tecnificación que publicamos en el último punto de este documento.

3. Objetivos del plan:

- El plan de tecnificación para la temporada 2023-2024 va dirigido a un mejor rendimiento individual en los diferentes campeonatos nacionales. Y a la posible proyección internacional de los integrantes.

4. Actuaciones:

Jornadas de entrenamiento para la temporada de Invierno:

- 16 Diciembre.
- 3 Febrero.
- Las jornadas de entrenamiento irán dirigidas a mejorar aspectos técnicos y fisiológicos, realizándose entrenamientos conjuntos con los integrantes del CETD FAN Málaga.

Competición principal:

- Por determinar

5. Entrenadores del plan de tecnificación:

- Todos aquellos técnicos que tengan nadadores seleccionados podrán asistir a las jornadas de entrenamiento. Como único requisito es la comunicación por escrito a natacion.tecnificacion@fan.es antes del **lunes 11 de diciembre**.
- El número de plazas es limitado.

6. Consideraciones a tener en cuenta:

- La hora de comienzo será 10.00 horas.



- La hora aproximada de finalización será las 13:00.
- Es necesario llevar material de entrenamiento, zapatillas y ropa de deporte.

7. Lista de deportistas:

LISTADO MASCULINO

	Nombre	Club	Año
1	Mykyta Terentiev	R.C. Mediterráneo	2005
2	Abel Girón Rebollar	Navial	2005
3	Pablo Granado Martín	Navial	2004
4	Sebastian Ramón Chekushin	C.N. Almería	2005
5	Jorge García Pimentel	C.N. Churriana	2005
6	Guillermo Aragón Palacios	Navial	2005
7	Jorge Pérez Mena	C.N. Alcalá	2004
8	Álvaro Pertíñez Grande	C.N. Fuengirola	2005
9	José Carlos Gallardo Hernández	C.N. Churriana	2005

LISTADO FEMENINO

	Nombre	Club	Año
1	Gemma Naz Gómez	Circulo Mercantil	2004
2	Andrea Mei Bohórquez Calero	C.N. Mairena Aljarafe	2004
3	Ángela Sánchez Sánchez	C.N. Mairena Aljarafe	2005
4	Carmen Díaz Carretero	C.N. Dos Hermanas	2005

**El listado de nadadores podrá sufrir modificaciones en función de los resultados en competición que se vayan produciendo durante la temporada. En el Campeonato de Comunidades se pretende tener la mejor selección posible.*

- Todas las competiciones organizadas por la Federación Andaluza de Natación tendrán carácter inclusivo, estando nuestros compañeros/as del Comité Andaluz de Árbitros formados/as para tal fin.