

La Federación de Triatlón de la Comunidad Valenciana, convoca las **“VII Jornadas Técnicas de Triatlón”** las cuales pretenden difundir las innovaciones, experiencias y métodos de trabajo de técnicos del máximo nivel.

- **Fecha:** 16 noviembre 2013
- **Lugar:** Edificio Multiusos de Liria (Valencia). Calle Llano del Arco S/N (frente a gasolinera Repsol)

Dirigido a:

- Técnicos y entrenadores.
- Deportistas.
- Licenciados, Diplomados y estudiantes de ciencias del deporte.
- Otras personas interesadas en la preparación y formación deportiva del triatleta.

Documentación y diploma:

Todos los asistentes recibirán un diploma acreditativo de asistencia y documentación de las ponencias presentadas.

Ponentes:

- **D. Iñigo Mujika.** Doctor en CC. De la Actividad Física y el Deporte y fisiología. Entrenador de Ainhoa Murua y varios años de Eneko y Hector Llanos. Preparador físico del Euskatel-Euskadi.
- **Dña. Carmen Daries.** Lic. en Farmacia y Diplomada en nutrición.
- **D. Miguel Ramon y Bernardo Bonet.** Lic. en Derecho, Abogados en ejercicio y asesores de la Federación de Triatlón de la Comunidad Valenciana.
- **D. Jordi Reig.** Diplomado en Fisioterapia. Especialista en Fisioterapia Deportiva. Finisher IM Hawaii 2008-2010-2012 Policlínica Fisiojreig.com Alcoy (Alicante).
- **D. José Ramón Botella.** Lic. en CC. De la Act. Fís. y el Deporte

- **Dña. María Galvañ.** Lic. en CC. De la Act. Fís. y el Deporte
- **D. José Joaquín Gracia.** Entrenador Of. de Triatlón Nivel II.

Sábado 16 de noviembre de 2013

9:30 – 9.45 h. ENTREGA DE DOCUMENTACIÓN.

9.45h. Inauguración de las Jornadas

D. Rafael Redondo- Presidente de la FTCV

D. Roberto Cejuela – Jefe de Estudios de la FTCV

10.00 - 10.45 h. “Prevención y Tratamiento de lesiones en el Triatlón. Técnicas Avanzadas”

D. Jordi Reig

11.00 – 11.45 h. “Desarrollo de la escuela del Club Triaspe”

D. José Ramón Botella, Dña. María Glavañ, D. José J. Gracia

11:45 – 12.15 h. Café y descanso.

12.15–13.30 h. “Bases científicas del entrenamiento de resistencia”

Dr. Iñigo Mujika.

13:45 – 15:00 h. Comida

15:30 – 16:15 h. “Nutrición específica para triatlón”

Dña. Carmen Daries

16:15 – 17:00 h. “Doping en triatlón”

D. Miguel Ramon

17:15 a 18:30 h. “Presentación de comunicaciones libres”

PROCEDIMIENTO DE INSCRIPCIÓN

CUOTAS DE INSCRIPCIÓN:

- Entrenadores con licencia en vigor y alumnos de los Cursos de Entrenadores 2013: **Gratuita**
- Entrenadores con titulación oficial sin licencia: **10 €**
- Resto de inscripciones: **20 €**

PROCEDIMIENTO:

- Transferencia Bancaria a nombre de la Fed. Triatlón C.V. (c/ Ricardo Micó, 5 – 1ª. 46009 Valencia) a la cta:

CAIXA POPULAR 3159 / 0060 / 14 / 2254144526

- Indicando en concepto: inscripción "VII Jornadas Técnicas 2013"
- Enviar e-mail a info@triatlocv.org con NOMBRE, DNI y JUSTIFICANTE DE PAGO

INFORMACIÓN:

www.triatlocv.org roberto@triatlocv.org

TLF.: 963462649 - FAX. 963462993

COMUNICACIONES LIBRES:

- Evaluación de la fuerza para determinar el rendimiento ciclista en triatletas populares adultos.

D. Francisco Oficial

- Aspectos básicos del entrenamiento en altura. D. Sergio Selles

- Entrenamiento excéntrico como medio de entrenamiento para aumentar la economía de carrera

D. Victor Valdecabres

- Propuesta de regulación de discapacidad en el nuevo sistema de clasificación de paratriatlón ITU

D. Raúl Mico

VII JORNADAS TÉCNICAS

FTCV 2013



16 de noviembre de 2013

LUGAR:

Edificio Multiusos de Liria (Valencia)

Calle Llano del Arco S/N

ORGANIZAN:

Federación Triatlón Comunidad Valenciana



M.I. Ajuntament de Liria

Ciutat de la música

BR
ABOGADOS



Como llegar: por la CV 35 hasta la salida Liria Nord 25 B, coger el desvío y pasar por debajo del puente, entrar a la ciudad por detrás de la Gasolinera Repsol y buscar aparcamiento