

PRUEBAS DE SELECCIÓN PROGRAMA DE TECNIFICACIÓN CARRERAS POR MONTAÑA FAM.

PRUEBAS DE SELECCIÓN.

Con el objetivo de seleccionar a los integrantes de este equipo de tecnificación, desde la FAM se convocan unas pruebas de acceso con las que se definirán a los deportistas componentes del programa de tecnificación.

Fecha y Lugar:

Domingo, 5 de marzo de 2017 a las 10:30 h. la Ermita de los Tres Juanes en Atarfe (Salida Copa de España-Sierra Elvira).

Requisitos para participar en las pruebas:

- o Haber nacido entre los años: 1998 (20 años) y 2004 (13 años)
- o Poseer la licencia deportiva en vigor (FAM o FEDME)
- o Presentar autorización de paterna.
- o Enviar email a ctdcarreras@fedamon.com antes del **miércoles 1 de marzo** donde se especifiquen los siguientes datos del deportista:

I. Nombre y apellidos

II. Fecha nacimiento y curso escolar en el que se encuentra.

III. Ciudad de residencia.

IV. Breve resumen de su experiencia previa en carreras de montaña. Breve Curriculum deportivo.

V Breve resumen de experiencia deportiva en otras disciplinas (otros deportes que practique, frecuencia semanal de entrenamientos, resultados más destacados...)

VI. Otras cuestiones que consideréis oportunas.

Material necesario:

- Zapatillas y ropa deportiva.
- Agua y fruta y/o comida tipo pic-nic para media mañana.

Desarrollo y descripción de las pruebas:

10:30 h.

Ermita Tres Juanes (Atarfe): Bienvenida y explicación del desarrollo de la jornada.

11:00 h.

Desplazamiento e inicio de pruebas específicas de campo.

Con tramos en ascenso (diferentes grados); descenso y tramos llanos; así como campo a través.

13:30 h.

Comida y Descanso

15:30 h.

- Pruebas físicas. Se valorará condición física general.
- Entrevista personal. Se valorarán aspectos relacionados con el compromiso, la motivación y la predisposición a participar en el programa de tecnificación.

17:30 h.

Fin de la jornada y despedida.