



Federación Española  
de Pelota

**ONT** | COMITÉ  
NACIONAL  
TÉCNICO

**PRONARD**

**PROGRAMA NACIONAL  
ALTO RENDIMIENTO  
FRONTÓN 30M  
CALENDARIO 2020**



## PLAN NACIONAL TÉCNICO 2020: FRONTÓN 30M VII COPA DEL MUNDO CATEGORÍA ABSOLUTA CALENDARIO\*

\* El presente programa de actividades de preparación se adecuará de acuerdo a la subvención final del Consejo Superior de Deportes.

| Fechas Celebración                                    | Nº. Días       | Número Participantes |     |     |       | Actividad  | Categorías   | Lugar de Celebración |          |
|---|----------------|----------------------|-----|-----|-------|--|--|----------------------|----------|
|   |                | Ju.                  | Te. | Ot. | Total |  |  |                      |          |
| Enero, Marzo:<br>Fase Final:<br>Marzo:                | 3<br>20-22     |                      |     |     |       | Campeonatos autonómicos por clubes<br><b>Competición:</b><br>Federaciones Abierto de España<br>Frontón 30 metros. Juvenil.<br>Frontenis Preolímpico Basic X3 M. y F. | Juvenil  | Varios               |          |
| Marzo y Abril   |                |                      |     |     |       | <b>PROARD: 1º controles antropométricos y físicos</b> de Deportistas preseleccionados ( <b>por CCAA</b> ).   | Varios   |                      |          |
| Fase Final:<br>Abril:                                 | 3-4<br>3-5     |                      |     |     |       | <b>Competición:</b><br>Federaciones Abierto de España<br>Frontón 30 metros. Juvenil.<br>Frontenis Olímpico M. y F.<br>Paleta Goma Individual M. y F.                 | Juvenil  | Canals               |          |
| Fase Final:<br>Abril:                                 | 3-4<br>17-19   |                      |     |     |       | <b>Competición:</b><br>Federaciones Abierto de España<br>Frontón 30 metros. Sub22.<br>Frontenis Olímpico M. y F.<br>Paleta Goma Individual M. y F.                   | Sub22  | Palencia             |          |
| Liga Clasificatoria:<br>Mayo:<br>Fase Final:<br>Mayo: | 4-5<br>6-9     | 6                    |     |     |       | <b>Competición:</b><br>Clubes Abierto de España Frontón 30 m.<br>Categoría absoluta<br>Frontenis Olímpico M. y F.  | Absoluta   | F.F.: Tenerife       |          |
| Abril:<br>Mayo:                                       | 17-19<br>6-9   | 2                    | 2   | 2   | 4     | <b>Jornadas seguimiento Competitivo Frontenis/Paleta:</b><br>Supervisión Equipo Técnico del rendimiento en camp España de los deportistas AR                         | Absoluta y sub22   |                      |          |
| Liga Clasificatoria:<br>Mayo:<br>Fase Final:<br>Mayo: | 16-17<br>29-31 | 5                    |     |     |       | <b>Competición:</b><br>Clubes Abierto de España Frontón 30 metros. Frontenis Preolímpico M y F   | Absoluta   | F.F.: Igualada       |          |
| Mayo:   | 22-24          | 3                    | 15  | 2   | 2     | 19   | <b>1ª Concentr Copa Mundo Frontenis y Paleta:</b><br>Presentación del plan anual y supervisión Técnica y física de Deportistas preseleccionados.<br>Controles antropométricos y físicos. | Absoluta             | Valencia |
| Fase Final:<br>Junio:                                 | 3<br>18-21     |                      |     |     |       |  | <b>Competición:</b><br>Campeonato España Clubes /abierto<br>Paleta Goma individual masculina y femenina  | Absoluta             |          |
| Junio:  | 18-21          | 3                    |     | 2   | 2     | 4  | <b>Jornadas seguimiento Competitivo Paleta:</b><br>Supervisión Equipo Técnico del rendimiento en camp España de los deportistas AR.  | Absoluta             |          |

|                     |                                       |   |              |   |   |           |  |               |                          |
|---------------------|---------------------------------------|---|--------------|---|---|-----------|--|---------------|--------------------------|
| Junio:              | 26-28                                 | 3 | 15           | 2 | 2 | 19        | <b>2ª Concentr Copa Mundo Frontenis y Paleta:</b><br>Supervisión Técnica y física de Deportistas preseleccionados.<br><b>Controles antropométricos y pruebas físicas.</b>      | Absoluta      | Valencia                 |
| Junio – Septiembre: |                                       |   |              |   |   |           | <b>Competición: Circuito Nacional Abiertos</b><br>Frontenis olímpico masc/femen.<br>Paleta goma individual masc/femen.   | Cat. Absoluta | Varios                   |
| Julio:              | 4-5 o 11-12?                          | 2 | 18           | 6 | 4 | 28        | <b>Competición:</b><br>Copa de Europa Clubes F-30 metros.<br>Frontenis Olímp. M y F, Preolímpico indiv M, Paleta Goma Indiv M. y F.  | Absoluta      | España                   |
| Julio:              | 4-5 o 11-12?                          | 2 |              | 2 | 2 | 4         | <b>Jornadas seguimiento Competitivo Frontenis y Paleta:</b><br>Supervisión Equipo Técnico del rendimiento en Copa Europa Clubes de los deportistas AR                          | Absoluta      | España                   |
| Julio:              | 24-26                                 | 3 | 14           | 2 | 2 | 18        | <b>3ª Concentración Copa Mundo Frontenis y Paleta:</b><br>Supervisión Técnica y física de Deportistas preseleccionados.<br>controles antropométricos y p físicas               | Absoluta      | Valencia                 |
| Agosto:             | Pendiente de confirmar su celebración | 3 | 22           | 2 | 2 | 26        | <b>GRAN PREMIO COPA DE ESPAÑA Frontenis y Paleta:</b><br>Supervisión Técnica y física de Deportistas <b>en competición.</b>  | Absoluta      | Por definir              |
| Agosto:             | 14-16                                 | 3 | 6 P/<br>10 F | 2 | 2 | 10/<br>18 | <b>4ª Concentración Copa Mundo Frontenis Y/O Paleta:</b><br>Supervisión Técnica y física de Deportistas preseleccionados.<br>controles antropométricos y p físicas             | Absoluta      | Valencia                 |
| Septiembre:         | 4-6                                   | 3 | 12           | 3 | 2 | 17        | <b>5ª Concentración Copa Mundo Frontenis y Paleta:</b><br>Supervisión Técnica y física de Deportistas preseleccionados.<br><b>Controles antropométricos y pruebas físicas.</b> | Absoluta      | Valencia<br>( F Nazaret) |
| Septiembre:         | 8                                     |   |              |   |   |           | <b>Listado de selección definitiva para Copa del Mundo</b>   |               |                          |
| Septiembre:         | 11-13?                                |   |              |   |   |           | <b>Competición: Gran Premio de España Torneo Maestros</b><br>Circuito Nacional Abiertos<br>Frontenis olímpico absoluto   | Absoluta      | Por definir              |
| Septiembre:         | 25-27                                 | 3 | 12           | 2 | 1 | 15        | <b>6ª Concentración Copa Mundo Frontenis y Paleta:</b><br>Supervisión Técnica y física de Deportistas preseleccionados. Frontenis y Paleta.<br>Controles antropométricos       |               | Valencia<br>( F Nazaret) |
| Octubre:            | 1-3                                   | 3 | 12           | 3 | 2 | 17        | <b>7ª Concentración. Previa Copa del Mundo:</b><br>Optimización Técnica y física de Deportistas seleccionados.   |               | Valencia<br>( F Nazaret) |
| Octubre:            | 4-10                                  | 6 | 12           | 3 | 2 | 17        | <b>Competición: VII COPA DEL MUNDO</b>   |               | Valencia<br>( F Nazaret) |

| RESUMEN         |  |               |       |
|-----------------|--|---------------|-------|
| NÚMERO DE DÍAS: |  |               |       |
| Entrenamientos  | Concentraciones y jornadas convivencia | Competiciones | TOTAL |
| 28              | 7+1                                    | 43            | 79    |

El principal objetivo de 2020 y que justifica el diseño del presente calendario de actividades es obtener el mejor rendimiento posible en la Copa del Mundo absoluta que se celebrará en Valencia, del 4 al 10 de octubre. La distribución de las jornadas de convivencia/concentraciones y periodos de entrenamiento a lo largo de los meses se ha establecido de forma que el Equipo Técnico de la Federación Española de Pelota pueda llevar a cabo el debido seguimiento y preparación de los deportistas que se preseleccionen y, posteriormente, seleccionen. La Dirección Deportiva facilitará la comunicación entre los seleccionadores y los técnicos de los diferentes núcleos autonómicos de jugadores para mejorar su seguimiento y asesoramiento.

De enero a junio los seleccionadores presenciarán los partidos de los diferentes Campeonatos de España de Clubes, Federaciones, los Abiertos autonómicos/Nacionales y otras competiciones de máximo nivel que, junto con los informes de los programas de tecnificación y alto rendimiento provenientes de temporadas precedentes, les permitirá ir precisando la selección definitiva. Durante el 3º trimestre se intensificará el número de concentraciones con el grupo de seleccionados para optimizar la preparación, complementándolas con la participación en la copa de Europa de clubes, así como en los abiertos Nacionales, Copa de España y otros torneos de nivel. Para formar parte de las pre- y selecciones absoluta y sub22 de 2020 y años sucesivos, se valora la participación y rendimiento en los abiertos del Circuito Nacional. FEPelota colaborará económicamente con las sedes organizadoras para apoyar el desplazamiento y alojamiento/manutención de los componentes de los programas de alto rendimiento.

Al margen de las concentraciones y actividades FEPelota, los deportistas deberán desarrollar el grueso del trabajo de preparación en sus respectivas Federaciones Autonómicas y/o clubes.

La asistencia de los deportistas, cuando sean convocados, será obligatoria para permanecer en la lista de preseleccionados, así como el envío de la información que se les solicite. Además de estos requisitos que serán indispensables, los jugadores/as deberán mostrar una condición física y unos valores antropométricos congruentes, y cumplir con los criterios de selección establecidos por la FEPelota para eventos internacionales por naciones.

Continuando en la lucha contra el dopaje y, con el objetivo de asegurar que nuestras selecciones sean un ejemplo en este sentido, se han programado una serie de controles periódicos. Además, en base al acuerdo de colaboración de la Federación Española de Pelota y la Federación Internacional de Pelota Vasca con la Agencia Española de Protección de la Salud en el Deporte (AEPSAD), podrán celebrarse algunos otros exámenes antidopaje inopinados o "por sorpresa".

De Enero a Septiembre se programarán entrenamientos Técnico-tácticos y Físicos, según el siguiente programa:

| ENERO-SEPTIEMBRE:   |  |
|---|--|
| FÍSICOS   | 3-4 días/smna: se realizarán en los clubes o federaciones autonómicas a las que pertenecen los Pelotaris seleccionados.        |
| TÉCNICOS  | 2-4 días/smna: se realizarán en los clubes o federaciones autonómicas a las que pertenecen los Pelotaris seleccionados.        |
| CONCENTRACIONES Y JORNADAS DE CONVIVENCIA FEPELOTA (físicos + técnico-tácticos) | 2-3 días/convocatoria, se realizarán bajo la supervisión del equipo técnico de FEPelota, en la sede/s establecida/s a tal fin. |