



Federación
Española
de Pelota

Federación Española de Pelota

Calle Ferraz 16, 5º izda.

28008 Madrid (España)

(+34) 91 521 42 99

info@fepelota.com

www.fepelota.com



PRONARD

PROGRAMA NACIONAL ALTO RENDIMIENTO FRONTBALL

CALENDARIO 2024





**PLAN NACIONAL TÉCNICO 2024: FRONTBALL
CAMPEONATO DEL MUNDO ABSOLUTO Y SUB22.
CAMPEONATO DE EUROPA
CALENDARIO***

* El presente programa de actividades de preparación se adecuará de acuerdo a la subvención final del CSD y a las fechas de celebración definitivas de competiciones internacionales preparatorias.

Fechas Celebración		Nº. Días	Número Participantes				Actividad	Lugar de Celebración
			Ju.	Te.	Ot.	Total		
Enero/ junio:	De/hasta						Competición: Campeonatos autonómicos	Varios
Enero/ junio:	De/hasta						Jornadas seguimiento Competitivo: Supervisión Equipo Técnico del rendimiento en Campeonato de España y en otras competiciones autonómicas de los deportistas AR absolutos y sub22	Varios
Marzo/junio:	De/hasta						Asesoramiento AR+: Presentación de los planes de nutrición y prep. física individualizada cada Pelotari	Pamplona + online
<i>Liga Clasificatoria:</i> Junio:	15-16						Competición: Campeonato España Frontball Clubes / Abierto. sub22 absoluto M Camp España Iberdrola F. absolut y sub21	Por definir
<i>Fase Final:</i> Junio:	28-30							
Julio:	3 (miércoles)	1	14	1	1	16	1º controles antropométricos: reuniones con equipo técnico + equipo médico: Charla formativa alimentación del Pelotari. Especificidades.	Pamplona
De Julio a noviembre:		1	14	1	1	16	Entrenamientos semanales conjuntos FE Pelota (1ª fase: 1 sesión/smna. 2ª fase: 2 ses/smna). Estos entrenamientos serán complementados con 1-2 sesiones técnicas que cada pelotari realizará semanalmente en su club/FFAA.	Pamplona
Julio:	24 (miércoles)	1	14	1	1	16	Jornadas convivencia: 1ª pruebas físicas y control de peso. Control Antidopaje. Entrenamientos técnicos.	Pamplona
Julio:	Semana del 29	1	14	1	1	16	Jornada convivencia (fase 2ª): Reajuste de los planes de nutrición y prep. física individualizada cada Pelotari.	Online
Septiembre:	10 (martes)	1	13	1	1	15	Jornadas convivencia: 2ª pruebas físicas y control de peso. Control Antidopaje (Grupo 1). Entrenamientos técnicos.	Pamplona



Octubre:	22 (martes)	1	11	1	1	13	Jornadas convivencia: 3ª pruebas físicas y control de peso. Control Antidopaje (Grupo 1). Entrenamientos técnicos.	Pamplona
Octubre:	Semana del 28						Listado de selección definitiva para Campeonato del Mundo	
Noviembre:	2	1	4	1	1	6	Competición: Copa de España masculina	Pamplona
Noviembre:	2	1	4	1	1	6	Competición: Gran Premio Iberdrola Frontball femenino	Pamplona
Noviembre:	9 y 10	2	8	2	2	12	Competición: Campeonato de Europa por selecciones. Categoría absoluta y sub22 M y F.	Por definir
Noviembre:	16	1	8	2	2	12	Jornada de convivencia: Charlas divulgativas de Actualización para técnicos y pelotaris: Alimentación, psicología deportiva, normativa controles antidopaje (CELAD). Presentación oficial selección medios de comunicación	Pamplona
Noviembre:	23-24	2	8	2	2	12	Jornadas conviven Camp. Mundo: Optimización Técnica y física de Deportistas seleccionados. Adaptación y prueba de cancha de juego	La Guaira (Venezuela)
Noviembre:	25-30	6	8	2	2	12	Competición: CAMPEONATO DEL MUNDO ABSOLUTO Y SUB22	La Guaira (Venezuela)



RESUMEN			
NÚMERO DE DÍAS:			
Entrenamientos	Concentraciones y jornadas convivencia	Competiciones	TOTAL
38	12+1	12	50

El principal objetivo de 2024 y que justifica el diseño del presente calendario de actividades es obtener el mejor rendimiento posible en el III Campeonato del Mundo absoluto y sub22 que se celebrará en el mes de noviembre en La Guaira (Venezuela), tanto en categoría masculina como en femenina. 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 el seleccionador y los técnicos de los diferentes núcleos autonómicos de jugadores para mejorar su seguimiento y asesoramiento.

El seleccionador presenciara los partidos de los campeonatos autonómicos y el Campeonato de España, además de otras competiciones de máximo nivel que, junto con los informes de los programas de alto rendimiento provenientes de temporadas precedentes, les permitirá ir definiendo la selección absoluta y sub22. En verano comenzarán los entrenamientos con el grupo de seleccionados para optimizar la preparación (un entrenamiento semanal durante una primera fase, aumentando a dos sesiones por semana en la fase media y final), complementados con la participación en torneos nacionales y en la copa España/Gran Premio Iberdrola (competiciones estas últimas organizada por la FEPelota, para optimizar la preparación de la selección que participará en el Campeonato del Mundo).

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 Comisión Española para la Lucha Antidopaje en el Deporte (CELAD), podrán celebrarse algunos otros exámenes antidopaje inopinados o "por sorpresa".

Durante el año se programarán entrenamientos Técnico-tácticos y Físicos, según el siguiente programa:

ENERO-JUNIO:

FÍSICOS	2-3 días/semana, se realizarán en los clubes o federaciones autonómicas a las que pertenezcan los Pelotaris seleccionados.
TÉCNICO-TÁCTICOS	2-3 días/semana, se realizarán en los clubes o federaciones autonómicas a las que pertenezcan los Pelotaris seleccionados.
JORNADAS DE CONVIVENCIA FEPelota (físicos + técnico-tácticos)	1-2 días por convocatoria, se realizarán en Pamplona, bajo la supervisión del equipo técnico de la FEPelota

JULIO-NOVIEMBRE:

FÍSICOS	2-3 días/semana, se realizarán en los clubes o federaciones autonómicas a las que pertenezcan los Pelotaris seleccionados.
TÉCNICO-TÁCTICOS	1-3 días/semana, se realizarán en Pamplona, bajo la supervisión del equipo técnico de la FEPelota. Estos entrenamientos serán complementados con sesiones en los clubes/federaciones a las que pertenezcan los Pelotaris seleccionados.
JORNADAS DE CONVIVENCIA FEPelota (físicos + técnico-tácticos)	1-2 días por convocatoria, se realizarán en Pamplona, bajo la supervisión del equipo técnico de la FEPelota.