

## TECNIFICACIÓN DEPORTIVA FEDGAN AÑO 2007

### INTRODUCCIÓN

Unha tempada máis co decidido apoio da Dirección Xeral para o Deporte quíxose potenciar o Plan Galego de Tecnificación Deportiva. Para elo formulouse a execución do mesmo atendendo ao criterio de centrar a maior parte do esforzo en aqueles nadadores que demostraron, con resultados nas citas importantes, un nivel competitivo alto.

O obxectivo deste Plan céntrase en dotar aos seus integrantes de todas as ferramentas necesarias para conseguir os máis altos resultados nos Campionatos de España. Para iso preténdese establecer unha serie de concentracións para a realización duns tests de control cos que analizar a progresión dos deportistas nos seguintes aspectos:

Evolución da execución técnica no que fai ás saídas, o nado, as viraxes e as chegadas.

Evolución das capacidades condicionais. Resistencia, forza, velocidade.

Avaliación morfolóxica.

As accións durante este ano centráronse no traballo cos nadadores concedidos unha bolsa no CGTD de Pontevedra e, aproveitando a celebración dos diferentes campionatos galegos, con aqueles nadadores que contaban co potencial de destacar tanto a nivel nacional como cos que tiñan posibilidades de formar parte dos distintos equipos nacionais.

## ACTIVIDADES.

As actividades desenvolvidas durante este ano foron as seguintes:

### **Setembro 06**

Concentración inicio tempada. Toma de datos avaliación morfolóxica. 9 deportistas CGTD.

### **Outubro 06**

Test 3000m. Análise da técnica. 20 deportistas.

### **Novembro 06**

Test 3000m. Análise da técnica. 10 deportistas CGTD.

### **Decembro 06**

Concentración preparación Campeonato de España absoluto deportistas CGTD. 9 deportistas.

### **Xaneiro 07**

Toma de datos avaliación morfolóxica. Nove deportistas CGTD.

### **Marzo 07**

Toma de datos avaliación morfolóxica. Nove deportistas CGTD.

### **Abril 07**

Concentración análise da técnica. 9 deportistas CGTD.

Test 3000 m. 9 deportista CGTD.

### **Maio 07**

Competición categoría junior (Valladolid). 16 deportistas.

Concentración análise da técnica. 9 deportistas CGTD.

### **Xuño 07**

Toma de datos avaliación morfolóxica. 9 deportistas CGTD.

Concentración y competición preparación Campeonato de Europa Junior. 4 deportistas.

### **Xullo 07**

Concentración preparación C. España nadadores CGTD e campeonatos internacionais.

Análise regresión lactato en competición

## RESULTADOS

Resultados máis importantes obtidos polos nadadores incluídos no Plan Galego de Tecnificación deportiva da FEGAN:

**Aurora Perez Fernández de Cordoba:** CN Coruña. Bolseira CGTD. Duodécima no campionato de Europa junior na proba de 200 braza. Décimosexta no campionato de Europa junior na proba de 100 braza. Décima no campionato de Europa junior na proba de 4x100 m estilos. Terceira clasificada no campionato de España absoluto na proba de 200 braza. Campiona de España junior nas probas de 100 e 200 braza.

**Iván Brión Sampedro:** CN Riveira. Bolsiero no CGTD. Vixésimo no campionato de Europa junior de augas abertas. Décimoquinto na Copa de Europa absoluta de augas abertas. Subcampión de España de augas abertas.

**José M. Glez. Regueiro:** Pabellón Ourense. Sétimo no campionato de Europa junior na proba de 4x100 libre. Subcampión de España nas probas de 50 100 libre e 50 bolboreta.

**Beatriz de Uña :** CD Universitario de Santiago. Cuarta Copa do mundo escolar de natación na proba de 4x50 estilos. Campiona de España na proba de 50 m braza.

**Rufino Regueira Suárez:** CN Riveira. Campión de España nas probas de 200 costas, 400 e 1500 m libre.

**Luis Leiro Alvarez.** RCN Vigo. Bolseiro Blume Madrid. Campión de España na proba de 200 m braza e 200 e 400 m estilos. Subcampión de España na proba de 100 m braza e 200 m estilos.

**Raquel Martínez Canosa.** CN Coruña. Campiona de España na proba de 400 m estilos. Subcampiona España 200 m estilos

**Carlos Alves Rivas.** CN Riveira. Subcampión de España 100 m braza. Terceiro 5n 50 braza.