Asociación Preparadores Físicos

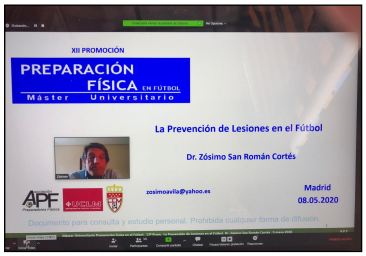
Introducción

Publicamos un nuevo número desde el confinamiento, reforzando las acciones formativas dirigidas a los asociados e informando de las actividades deportivas qué se pueden hacer en cada fase. Este mes ha tenido lugar la Asamblea Ordinaria por primera vez por videoconferencia y hemos publicado otro número de la revista Futbolpf. También nos hacemos eco del éxito de las publicaciones de la APF respecto a la vuelta a los entrenamientos y los efectos sobre los deportistas.

Formación

Máster Preparación Física - Jornada 13

La primera jornada de este mes se realizó el día 8 de mayo. **Gari Fullaondo** en la sesión matinal expuso las directrices básicas de cómo realizar una planificación en fútbol. La sesión vespertina estuvo enfocada hacia la prevención y readaptación de lesiones. **Zosimo San Román** y **Víctor Paredes** fueron los profesores respectivamente.



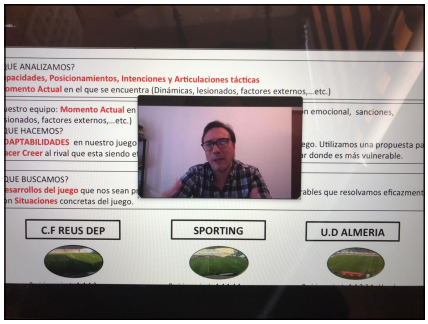
Máster Preparación Física - Jornada 14

La última presencial del curso contó con la participación de **José Carlos Barbero** durante la mañana, Expuso la utilización de las nuevas tecnologías en el control de la carga y el entrenamiento, entre las que se encuentra la utilización del GPS o la variabilidad de la frecuencia cardiaca. La tarde fue para **Miguel Chamorro** y la preparación del futbolista desde la incertidumbre. Por último, **Javi Mallo**, expuso un programa de entrenamiento individualizado en fútbol profesional.

Experto en Análisis de Juego - Jornada 12 y 13

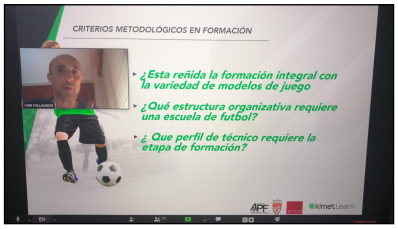
El curso de Análisis de Juego tuvo dos presenciales en el mes de mayo. La duodécima jornada fue el pasado 4 de mayo y contó con el analista de juego del Granada CF, **Álvaro García Peinado** el cual expuso todas las variables que tenían en cuenta en su club para la confección de un microciclo competitivo.

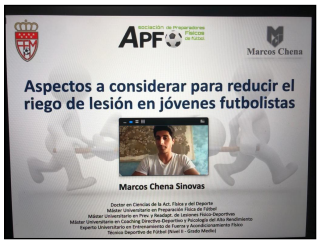
En la segunda presencial del mes, **Antonio Rodríguez "Rodri"**, ex-entrenador de la UD Extremadura expuso junto a un miembro de su cuerpo técnico cuales eran los indicadores para una mayor evolución del jugador, además de incidir en que variables de su modelo de juego modificaban a la hora de planificar un partido para sacar el máximo rendimiento.



Experto en Dirección Metodológica en Fútbol Formación- Jornada 9, 10 y 12

Las dos primeras jornadas del mes contaron con la presencial de **Gari Fullaondo**, el cual trasladó de manera detallada las variables para planificar una escuela de fútbol. Cuantificar, adaptar y progresar los contenidos acorde a los jugadores que tenemos son los pilares básicos de su programa formativo. La duodécima jornada del curso con **José Sambade**, acerca del entrenamiento del portero en el futbol base y **Marcos Chena** sobre la prevención de lesiones en el fútbol formativo.





Legislación

A continuación adjuntamos los diferentes normas que se han publicado hacia la desescalada.

1. Protocolo básico de actuación para vuelta a los entrenamientos: http://futbolpf.org/protocolo-basico-de-actuacion-para-vuelta-a-los-entrenamientos/
2. Plan de desescalada. Fase 2: http://futbolpf.org/fase-2-plan-de-desescalada-hacia-la-nueva-normalidad/
3. Plan de desescalada. Fase 3: http://futbolpf.org/fase-3-plan-de-desescalada-hacia-la-nueva-normalidad/
4. La APF participó el 27 de mayo en la Mesa Sectorial del Deporte convocada por el Consejo COLEF donde estuvieron representadas las principales asociaciones profesionales del sector deportivo, federaciones deportivas y medios de comunicación. La APF expuso las iniciativas que hemos realizado en este periodo de confinamiento y expuso su preocupación por la vuelta a los entrenamientos y competición, así como el cese de actividades de muchos compañeros que no están en equipos profesionales. http://futbolpf.org/la-apf-estuvo-en-la-mesa-sectorial-del-deporte/

Asamblea APF

El 27 de mayo se realizó la asamblea anual de la APF. Este evento se suele realizar en el primer trimestre del año, pero ante la situación de estado de alarma y no poder realizarla de manera presencial se hizo a través de videoconferencia. Se aprobaron los presupuestos para el 2020 y se dio luz verde a los nuevos proyectos y actividades que se realizarán en el 2020, entre otras se informó de las realizadas hasta la fecha.

Revista PF

En este mes de mayo se ha sacado un nuevo número de la Revista PF, concretamente el número 32.

http://futbolpf.org/revista-futbol-pf-numero-32/

A partir de Junio saldrán las guías del XIII Máster de Preparación Física en Fútbol y del IX Máster de Prevención y Readaptación de lesiones.

Más información en nuestra web y redes sociales. Os recordamos los descuentos para los asociados y la posibilidad de optar a becas para aquellos que estén en situación de desempleo.

@APFfutbolpf **APF.PreparadoresFisicos** **PreparadoresFísicos**