



## II CONCENTRACIÓN PETEXTRI 2022

Estimados clubes,

Os hacemos llegar la convocatoria de la “II Concentración Petextri 2022” que, desde la Dirección Técnica, y dentro del Programa de Tecnificación de la Fextri (PETEXTRI), pretendemos llevar a cabo durante los días 12, 13 y 14 de abril de 2022 en Cáceres.

Esta concentración se realiza con el objetivo de juntar a deportistas nacidos en 2008/09 para poder desarrollar con ellos entrenamientos y controles para continuar con las directrices del programa de tecnificación en la que además de valorar y entrenar la condición física de los triatletas, queremos que sea una convivencia y un aliciente más para seguir entrenando y en un futuro poder formar parte del grupo de entrenamiento estable en el Centro de Tecnificación Deportiva “Ciudad Deportiva de Cáceres”.

**LUGAR:** Cáceres. CTD Ciudad Deportiva de Cáceres.

**DÍAS:** 12, 13 y 14 de abril.

### OBJETIVOS DE LA CONCENTRACIÓN:

- ❖ Conocer y convivir con triatletas nacidos en 2008/09, siendo seleccionados 4 cadetes (1 chicos y 3 chicas) y 5 infantiles (4 chicos y 1 chica), tras las diferentes valoraciones tanto en Toma de Tiempos, Circuito Judex, y Concentraciones de seguimiento previas.
- ❖ Valorar y entrenar la condición física de los deportistas de estas categorías y seguir elaborando perfiles a trabajar en un futuro con los triatletas extremeños de la categoría Cadete/Infantil.
- ❖ Trabajar aspectos técnicos de la natación, ciclismo y carrera a pie.
- ❖ Conocer el Centro de Tecnificación Deportiva de Cáceres.
- ❖ Motivar a los triatletas para que sigan entrenando y poder tecnificarlos en el CTD en la temporada 2022/2023 y posteriores.

### OBJETIVOS DEL PROGRAMA A LARGO PLAZO:

- ❖ Consolidar un grupo de entrenamiento estable en el CTD “Ciudad Deportiva de Cáceres” para la temporada 2022/2023.
- ❖ Aumentar el número de triatletas en categorías menores.
- ❖ Reforzar la línea Triatleta – Técnico – Dirección Técnica.



## SELECCIONADOS/AS

NOMBRE Y APELLIDOS	CATEGORÍA	CLUB
CRIADO MATAS, IGNACIO	CADETE	CAPEX TRIATLON
CASTRO SANCHEZ, LUCIA	CADETE	CAPEX TRIATLON
DIAZ MORCILLO, CLAUDIA	CADETE	TRIATLON DON BENITO
PINILLA LAVADO, CELIA	CADETE	CAPEX TRIATLON
ACEDO GARCIA, CRISTINA	INFANTIL	CAPEX TRIATLON
CASTRO SANCHEZ, DANIEL	INFANTIL	CAPEX TRIATLON
GUERRERO MÁRQUEZ, ÁLVARO	INFANTIL	A.D. TRIATLÓN PACENSE
ALÍAS FERNÁNDEZ, CARLOS	INFANTIL	CAPEX TRIATLON
PARRAS MORCILLO, DAMIÁN	INFANTIL	TRIATLON DON BENITO



## PROGRAMA DE ACTIVIDADES

### MARTES 12 DE ABRIL:

- MAÑANA:
  - ❖ 11:00 h: Recepción de deportistas.
  - ❖ 12:00h – 13:00h: Natación
  - ❖ 14:00h: Comida
  
- TARDE:
  - ❖ 16:00h – 18:00h: Carrera a pie (Test VAM)
  - ❖ 18:00h – 19:30h: Gimnasio
  - ❖ 20:30h: Cena

### MIÉRCOLES 13 DE ABRIL:

- MAÑANA:
  - ❖ 8:00 h: Desayuno
  - ❖ 9:00h – 11:00h: Natación
  - ❖ 12:00h-13:00h: Carrera a pie
  - ❖ 14:00h: Comida
  
- TARDE:
  - ❖ 15:30h – 18:00h: Ciclismo (BTT)
  - ❖ 18:30h – 20:00h: Gimnasio
  - ❖ 20:30h: Cena

### JUEVES 14 DE ABRIL:

- MAÑANA:
  - ❖ 8:00 h: Desayuno
  - ❖ 9:00h – 13:00h: Multitransiciones
  - ❖ 14:00h: Comida
  
- TARDE:
  - ❖ 15:30h: Recogida de deportistas.



## DESPLAZAMIENTOS

Los costes derivados de los desplazamientos correrán a cargo de los deportistas convocados. Los deportistas serán recogidos por personal FEXTRI en las instalaciones CTD Ciudad de Cáceres.

## ALOJAMIENTO Y MANUTENCIÓN

El departamento de tecnificación correrá con los gastos de manutención desde la entrada hasta la salida de la concentración.

## MATERIAL NECESARIO

Todo lo necesario para el entrenamiento de natación, ciclismo y carrera:

- ❖ Gorro y gafas de natación.
- ❖ Bañador.
- ❖ Chanclas y toalla.
- ❖ Pull-boy, tabla, tuba, palas, aletas.
- ❖ Bicicleta de montaña \*(recomendable si es posible que los cadetes además puedan traer la bicicleta de carretera para las multitransiciones del jueves como entrenamiento previo al Cto de España de Duatlón)
- ❖ Maillot, culotte, casco, gafas de ciclismo, bidón, y recambios necesarios en caso de avería (desmontadores, cámaras, bomba de mano, etc.)
- ❖ Zapatillas de correr.
- ❖ Ropa de atletismo.
- ❖ Traje de competición y portadorsal.
- ❖ Reloj con pulsómetro para el test de carrera del martes.
- ❖ Ganas de practicar triatlón

\*Material que debe aportar el triatleta\*

## REQUISITOS

- ❖ Tener **posesión de licencia por la Federación Extremeña de Triatlón**.
- ❖ Rellenar la autorización y confirmar la asistencia **antes del viernes 8 de abril**. (la no confirmación y la no asistencia se tendrán en cuenta para la valoración de los deportistas en futuras convocatorias).
- ❖ Enviar la autorización al correo de la dirección técnica. Es imprescindible comunicar algún aspecto relevante a tener en cuenta de los niños (alergias, enfermedades, etc.).



## TÉCNICOS

- ❖ Víctor Manuel Zapata Carrillo (Director Técnico Fextri)
- ❖ José Joaquín Castro Infantes (Capex Triatlón)
- ❖ Pablo Pérez Murillo (Triatlón Don Benito)

\*cualquier/a técnico con deportistas de su club convocados podrá asistir a la concentración previo aviso.

Los triatletas serán filmados con una cámara digital y se realizarán fotos durante la concentración.

Para resolver cualquier duda o consulta pueden ponerse en contacto con:  
Tfno.: 607 646 507 | Mail: [direccióntécnica@triatlonextremadura.com](mailto:direcciontecnica@triatlonextremadura.com)

Federación Extremeña de Triatlón



## II CONCENTRACIÓN PETEXTRI 2022

### DATOS DEL TRIATLETA

NOMBRE Y APELLIDOS:			DNI:	
---------------------	--	--	------	--

FECHA NACIMIENTO:		CATEGORIA:		
-------------------	--	------------	--	--

TLFN DE CONTACTO:		CLUB:		
-------------------	--	-------	--	--

CORREO ELECTRONICO:				
---------------------	--	--	--	--

### DATOS ENTRENADOR (En caso de no tenerlo, dejar en blanco)

NOMBRE Y APELLIDOS:			DNI:	
---------------------	--	--	------	--

CLUB:		TLFN DE CONTACTO:		
-------	--	-------------------	--	--

CORREO ELECTRONICO:				
---------------------	--	--	--	--

### AUTORIZACIÓN

Yo D. .... en Calidad de Padre/Madre/Tutor Legal del deportista ..... autorizo a participar en la próxima concentración del programa PETECTRI a celebrar en Cáceres durante los días **12, 13 y 14 de abril de 2022**, comenzando la convocatoria a las 11:00 horas del martes 12 de abril en la Ciudad Deportiva de Cáceres y finalizando a las 15:30h del jueves 14 de abril.

Autorizo a la FEXTRI a realizar grabaciones subacuáticas en la sesión de natación.

Lo que firmo en ..... el ..... de ..... del 2022

Fdo.....