



Jornadas Arbitrales para Árbitros y Árbitros Asistentes de 1ª División

Santander, del 29 de julio al 3 agosto de 2011

Programa de actividades

Viernes 29

- 12:00 Hora límite de llegada al Hotel Santemar
Distribución de las habitaciones y entrega de documentación
Distribución del equipamiento deportivo
Atención médica por el Dr. Casajús Mallén
- 13:30 - 14:00 Apertura de las Jornadas Arbitrales por el Presidente del CTA
Presentación de actividades por el Director Técnico
- 14:30 Almuerzo
- 17:00 - 18:00 Charla Técnica: *Entrenamiento y Pruebas Físicas*. Equipo de preparadores del CTA
- 18:15 Salida de los autocares al entrenamiento en las instalaciones J.M. Abascal
- 18:30 - 20:00 Entrenamiento
- 20:15 Regreso al hotel
- 21:45 Cena

Sábado 30

- 9:00 Salida de los autocares para el control físico en las instalaciones de El Velarde
Árbitros
- 10:30 Salida de los autocares para el control físico en las instalaciones de El Velarde
Árbitros Asistentes
- 14:00 Regreso al hotel
- 14:30 Almuerzo
- 17:00 - 18:30 Charla teórico-práctica: Dr. Casajús Mallén
- 18:30 - 19:00 Descanso (Café)
- 19:00 - 21:00 Charla técnica. Fuera de Juego. Pedro Medina Hernández
- 21:45 Cena



Domingo 31

- 9:00 - 10:30 Charla técnica. Uso de las manos. Manuel Díaz Vega
- 10:30 - 11:00 Descanso (Café)
- 11:00 - 12:45 Charla técnica. Tackling. Manuel Díaz Vega
- 13:00 - 14:15 Reunión por grupos.
- 14:30 Almuerzo
- 17:45 Salida de los autocares al entrenamiento en los Campos de Sport de El Sardinero
- 18:00 - 20:30 Entrenamiento físico-táctico con equipo de fútbol
- 20:30 Regreso al hotel
- 21:45 Cena.

Lunes 1

- 7:30 - 9:00 Control médico
- 9:00 - 10:30 Charla técnica. Agarrones y empujones. Manuel Díaz Vega
- 10:30 - 11:00 Descanso (Café)
- 11:00 - 12:30 Charla técnica. Codazos. Manuel Díaz Vega
- 12:30 - 14:15 Reunión por grupos.
- 14:30 Almuerzo
- 17:45 Salida de los autocares al entrenamiento en los Campos de Sport de El Sardinero
- 18:00 - 20:30 Entrenamiento físico-táctico con equipo de fútbol
- 20:30 Regreso al hotel
- 21:45 Cena



Martes 2

- 7:00 - 8:30 Control médico
- 8:30 Salida de los autocares hacia Potes
- 10:30 Inicio del entrenamiento en el Campo de Fútbol de Tama
- 12:00 Fin del entrenamiento
- 12:30 Visita guiada "Torre del Infantado" en Potes. Paseo por la villa.
- 14:00 Subida a Fuente Dé. Almuerzo en el Restaurante "Teleférico".
- 17:00 Salida hacia Santo Toribio de Liébana y visita guiada al monasterio
- 19:30 Regreso a Santander
- 21:30 Cena opcional fuera del hotel

Miércoles 3

- 9:30 - 10:00 Intercomunicadores: uso y conclusiones
- 10:00 - 10:15 Descanso(Café)
- 10:15 - 13:00 Coaching.
- 13:00 - 14:00 Charla-coloquio
- 14:00 - 14:30 Entrega del Trofeo Vicente Acebedo - Mejores Árbitros y Árbitros Asistentes de 1ª y 2ª División de la temporada 2010/2011
Clausura de las Jornadas
- 14:30 Almuerzo conjunto 1ª y 2ª División

Cada día, 1/2 hora antes del entrenamiento y de 23:00 a 23:55 horas, habrá Atención Médica