



Informe Temporada 2019-2020

Asamblea RFEDI – Estructuras Nacionales Alpino Hombres

CONFIDENTIAL

Grupo: Está compuesto por 6 deportistas con tres técnicos para las disciplinas técnicas, dos para la disciplina de velocidad y un preparador físico para el grupo total.

<i>Disciplina Tecnicas</i>		<i>Velocidad</i>
Juan Del Campo		Adur Etxezarreta
<<<	Albert Ortega	>>>
Joaquim Salarich		
Aingeru Garay		
Alejandro Puente		
<i>Tecnicos</i>		<i>Tecnicos</i>
Corrado Momo	<i>Prep. Fisico</i>	Luca Cattaneo
<<<	Jesus Perez	>>>
Samuele Cadei		Antonio Gongora
Stefano Pellin		

ANÁLISIS PERIODO PREPARATORIO GENERAL Y PERIODO PREPARATORIO ESPECÍFICO

- Durante el **periodo preparatorio general** el grupo ha hecho en junio entreno físico en diferentes concentraciones en Sierra Nevada y en Italia. El entreno específico de esquí se ha hecho desde el 10 de julio hasta la mitad de agosto en Argentina, con entrenos en Ushuaia y después carreras SAC en diferentes sitios en Argentina (Bariloche, Chapelco), por poder rápidamente mejorar puntos FIS y Ranking.
- Durante el **periodo preparatorio específico** se realiza un segundo periodo de entreno desde el 10 de septiembre hasta el 14 de octubre en Ushuaia. En el mes en el medio de estos dos “macro” periodo de entreno técnico, los atletas desde la mitad de agosto hasta la salida del 10 de septiembre han dado una importancia prioritaria al trabajo de preparación física, y han hecho controles y test físico y medico en Sierra Nevada.
- **Concentraciones Preparación física (CAR Sierra Nevada)** se realizarán 4 concentraciones en total con duración de 5 días correspondiente con los microciclos de alto impacto de carga. El objetivo de realizar estas concentraciones es principalmente para poder garantizar un entrenamiento de calidad y poder medir y ajustar las cargas de trabajo.

- Las concentraciones se realizarán desde el inicio de la pretemporada (junio 2020) siendo la primera concentración en la que se realizarán los reconocimientos médicos oficiales y test físicos para establecer un punto de partido de trabajo. El programa de preparación física estará condicionado por la situación actual provocada por el COVID-19.
- **Concentraciones Control (CAR Sierra Nevada o CAR Sant Cugat)**
Estas concentraciones tendrán una duración menor entre 2 y 3 días y el objetivo principal será realizar test físicos y médicos para controlar el estado de forma del deportista

ANÁLISIS PERIODO COMPETITIVO

- La primera parte del bloque competitivo (noviembre-diciembre-enero) se enfoca para rendir en Copa del Mundo y Copa de Europa a la vez que se hacen competiciones de otros circuitos continentales y FIS de buen nivel (penalidad mínima).
- Desde la primera semana de febrero, el número de competiciones de copa del Mundo y de copa Europa disminuyen. **Del Campo y Joaquín Salarich** realizan las últimas competiciones el 10 de febrero en Berchtesgaden después de este momento se cancelan todas las carreras de copa del mundo, copa de Europa y Far East que estaban programadas para ellos, por el tema de Covid-19. Situación parecida para resto de atletas .
- **Albert Ortega y Alejandro Puente** terminan la copa Europa con las carreras de GS de Jasna el día 20 de febrero y después participan en las últimas carreras FIS con **Aingeru Garay** en Lelex el día 10-11 de marzo.
- **Adur Etxezarreta** termina la Copa Europa con las carreras de descenso de Kvjetfield el 28-29 de febrero.
- La temporada termina oficialmente para todos, el día 10 de marzo por el tema Covid-19. Pero ya el mes precedente las carreras suspendidas son muchísimas.

- ✓ Número días de entrenos cancelados: 15 días.
- ✓ Número carreras canceladas alrededor de 15.
- ✓ Número carreras cumplidas:
Del Campo: 24 (-15) / Salarich : 26 (-12) / Etxezarreta : 19 (-10)
/Ortega: 41 10) /Garay :43 (-10) /Puente: 35 (-10)

RANKING Y RESULTADOS POR CADA DEPORTISTA

Juan Del Campo:

Termina temporada de Europa Cup en posición 19 en slalom (no pudiendo participar a algunas carreras coincidía con WC).

Top 70 ranking SL absoluto mundial / Top 30 de sus años y anteriores en SL.

Joaquín Salarich:

Termina temporada de Europa Cup en posición 20 en slalom (con un top 5 en la carrera de Vuojany y otro top 10 en Jaun).

Top 85 ranking SL absoluto mundial / Top 40 de su año y anteriores en SL.

Adur Etxezarreta:

Termina temporada de Europa Cup en posición 18 en DH.

Top 100 ranking DH absoluto mundial / Top 17 de su años y anteriores en DH.

Retraso en su segunda disciplina, el Supergigante. (El segundo periodo de la temporada ha estado más centrado en el SG, pero no hemos podido conseguirlo por suspensión de cada actividad por Covid-19).

Albert Ortega:

Termina temporada de Europa Cup en posición 14 en AC.

Top 21 de su año y anteriores en GS / top 25 en SG / top 32 en AC.



Aingeru Garay:

Top 35 de su año y anteriores en SL.

Buen inicio ha tenido un claro rendimiento en los meses de enero y febrero.

Alejandro Puente:

Mejora un poco sus puntos FIS y ranking en SL y GS.

CONFIDENCIAL