



***PROYECTO DE TECNIFICACIÓN
DEPORTIVA***

FEDERACIÓN DE KARATE DE LA C.V. Y D.A.

- 2022 -



Grupo Tecnificación Federación de Karate de la Comunidad Valenciana 2021

Índice

Presentación.	Pag.3
Criterios de selección de los deportistas.	Pag.3-4
Periodización.	Pag.5-6
Objetivos principales y secundarios.	Pag.7
Gráficos de rendimiento, volumen e intensidad.	Pag.8-9
Deportistas: fechas de nacimiento, categoría, club de pertenencia, elite, mejor resultado, objetivo previsto.	Pag.10-14
Actividades programadas como Tecnificación.	Pag.15
Test y controles de rendimiento.	Pag.16-21
Técnicos: titulación y áreas de responsabilidad.	Pag.22
Sedes y horarios de entrenamiento.	Pag.23
Presupuesto de ingresos y gastos	Pag.24

PRESENTACIÓN

La Federación de Karate de la Comunidad Valenciana cuenta con una dilatada experiencia como grupo de tecnificación deportiva, que temporada tras temporada trabaja para mejorar las capacidades de nuestros deportistas.

Con un equipo técnico joven, pero a la vez con gran preparación y experiencia, se nutre de los deportistas que cumplen ciclo en los Planes de Especialización Deportiva de Cheste, además de aquellos que por su trayectoria y resultados son susceptibles de estar en el programa.

Cuenta con dos núcleos de entrenamiento; uno cuya sede es el Complejo Educativo de Cheste en Valencia, con dos grupos de trabajo, uno de Kata y otro de Kumite. El segundo en la Universidad Miguel Hernández de Elche (Alicante).

El pilar básico del proyecto son los entrenamientos especializados, donde se trabaja y estudia las tendencias competitivas actuales, tanto a nivel técnico como táctico y de reglamento. Además, se realiza una concentración al comienzo de la temporada donde los entrenamientos y la convivencia son el motor del grupo y se exponen los objetivos a conseguir.

Destacar los encuentros No oficiales de preparación, en los que en fechas concretas del calendario podemos interactuar y medirnos con otras federaciones de gran nivel posibles rivales en campeonatos de España. Además, cada temporada programamos al menos un clinic internacional donde se invita a un entrenador o competidor de la elite mundial con el fin de absorber conocimientos que aumenten nuestro nivel.

Con todo ello pretendemos sumar acciones que incrementen el desarrollo de nuestros karatekas, además de tener a punto a los deportistas adscritos al programa.

CRITERIOS TÉCNICOS DE SELECCIÓN DE DEPORTISTAS:

La Federación de Karate de la Comunidad Valenciana realiza la selección de sus deportistas de Tecnificación en función de las siguientes necesidades:

- a) Modalidad (kata o Kumite)
- b) Categoría (junior 17 años, sub-21 18 a 20 años, sénior + 20 años)
- c) Sexo
- d) Peso (5 pesos por cada categoría y sexo)
- e) Deportistas discapacitados.

a) Modalidad (Kata o Kumite)

La modalidad de kata (formas técnicas) es uno de los pilares del karate en los que se construye la base técnica del karate, consiste en una tabla de ejercicios establecidos de defensa y ataque con una estructura determinada. Modalidad en la que nuestro país y en concreto nuestra comunidad es una potencia a nivel mundial.

El Kumite (combate) es el fin último de este arte marcial. En su versión deportiva prevalece la integridad física del deportista, los ataques deben estar totalmente controlados, además de proteger al karateka con protecciones en distintas partes del cuerpo y donde la condición técnica, física, técnica y estratégica culmina en una demostración de destreza y habilidad que pone al deportista al límite de sus facultades.

b) Categoría (junior = 16 y 17 años, sub 21= 18, 19 y 20 años, sénior+ de 20 años)

c) Sexo: Masculino y femenino.

d) Peso: En cada categoría y sexo existen un total de hasta cinco pesos.

e) Deportistas discapacitados:

- Discapacidad Física.
- Discapacidad Intelectual.
- Discapacidad Visual.
- Silla de ruedas.

Criterios objetivos:

- Resultados de los dos últimos años en competiciones autonómicas, nacionales e internacionales previas a la fecha de publicación de la convocatoria.
- Valoración del informe de seguimiento realizado en las concentraciones y competiciones autonómicas y nacionales.
- Que disponga de condiciones y número de horas semanales de entrenamiento adecuadas. Se debe valorar positivamente su planificación deportiva y la carga de entrenamiento semanal, que forme parte de la selección autonómica y que sus clubes dispongan de calidad de entrenamiento contrastados.
- Que domine todos los contenidos técnico-tácticos establecidos por el cuerpo técnico de la Federación de Karate de la Comunidad Valenciana.

Criterios subjetivos:

- Es indispensable, que el deportista tenga un comportamiento ejemplar dentro y fuera del tatami, que muestre compromiso con el proyecto y la selección y que sea un deportista de equipo tanto dentro como fuera del tatami.

Periodización Tecnificación.

La temporada la planificamos teniendo en cuenta el calendario de la RFEK que a su vez depende o está vinculado al de la WKF (World Karate Federation). Esta comienza en septiembre, con una concentración donde se exponen los objetivos de la temporada y finaliza en junio coincidiendo con el fin del ciclo de competiciones.

Para la programación de la temporada, a la hora de establecer las cargas y los picos de rendimiento, hemos tenido en cuenta el nivel general del grupo, ya que a los campeonatos internacionales sólo participan aquellos competidores que además de tener el nivel competitivo pueden hacerlo por posición en el ranking. Estos competidores realizan un plan de preparación especial.

- **Primer macrociclo:** *de septiembre a marzo.*

- ✓ Ajuste competitivo de volumen y cargas genéricas de trabajo.
- ✓ Entrenamientos altamente orientados, especificidad técnica, táctica y preparación física integrada.

- **Segundo macrociclo:** *segunda quincena de abril a junio.*

- ✓ Adquisición de habilidades motrices específicas.
- ✓ Mantenimiento de las capacidades condicionales.
- ✓ Ampliación de repertorio técnico-táctico.
- ✓ Prevención de lesiones, trabajo de resistencia de base, movilidad dinámica y fuerza-resistencia.

- **Tercer macrociclo:** Julio y Agosto (Trabajo específico):

- ✓ Estudio y análisis de la "nueva" temporada.
- ✓ Transformación de condición física regenerativa-preventiva en condición física preparatoria específica.

A este último le seguirá el primer macrociclo de la siguiente temporada, donde se evolucionará del estado condicional preparatorio específico del deportista al nivel de condición técnico, táctico y físico precompetitivo.



OBJETIVOS PRINCIPALES Y SECUNDARIOS

Objetivo principal Eventos especiales seleccionados
Objetivo secundario

TEMPORADA 2021-22

SEPTIEMBRE 2021	LUGAR	CATEGORÍAS	EVENTOS
18	SAN JUAN (ALICANTE)	SENIOR Y SUB-21	CONCENTRACIÓN
OCTUBRE 2021			
2	CANALS	SUB-21	II LIGA AUTONÓMICA
16	PAÍS VASCO	SENIOR	II LIGA NACIONAL RFEK
23	CHESTE	SUB-21	FINAL LIGA AUTONÓMICA
29-31	RABAT (MARRUECOS)	SENIOR Y SUB-21	PREMIER LEAGUE
30-31	LEGANÉS	JUNIOR Y SUB-21	II LIGA NACIONAL RFEK
NOVIEMBRE 2021			
13	CATARROJA (VALENCIA)	SENIOR Y SUB-21	CLINIC INTERNACIONAL KUMITE
18-21	DUBAI	SENIOR	CAMPEONATO DEL MUNDO
27-28	MÁLAGA	SUB-21	CAMPEONATO DE ESPAÑA
DICIEMBRE 2021			
11	CHESTE	SENIOR Y SUB-21	CLINIC INTERNACIONAL KATA
11	CHESTE	SENIOR Y SUB-21	I LIGA AUTONÓMICA
18	FINAL LIGAS RFEK	TODAS CATEGORÍAS	MÁLAGA.
ENERO 2022			
21-23	PARÍS	SENIOR Y SUB-21	OPEN INTERNACIONAL
28-30	PAMPLONA	SENIOR Y SUB-21	SERIE A INTERNACIONAL
FEBRERO 2022			
19	MISLATA	SENIOR Y SUB-21	FINAL LIGA AUTONÓMICA
26-27	ALICANTE	SENIOR	I LIGA NACIONAL RFEK
MARZO 2022			
5	CHESTE	SENIOR Y SUB-21	CTO. AUTONÓMICO CLUBES
26-27	LOGROÑO	SENIOR Y SUB-21	CAMPEONATO DE ESPAÑA
ABRIL 2022			
1-3	SALZBURGO	SENIOR Y SUB-21	SERIE A INTERNACIONAL
9-10	SIN DESIGNAR	SUB-21	I LIGA NACIONAL RFEK
22-24	LISBOA (PORTUGAL)	SENIOR Y SUB-21	PREMIER LEAGUE
MAYO 2022			
4-8	MADRID	SENIOR Y SUB-21	CAMPEONATO DE EUROPA
14	ELCHE	SUB-21	I LIGA AUTONÓMICA
20-22	CÁCERES	TODAS CATEGORÍAS	CTO. DE ESPAÑA DE CLUBES
S.C.	SIN DESIGNAR	SENIOR Y SUB-21	CTO. DE ESPAÑA UNIVERSITARIO
JUNIO 2022			
2-5	VALENCIA	SENIOR Y SUB-21	CONCENTRACIÓN SELECC. ESPAÑOLA
10-12	EL CAIRO (EGIPTO)	SENIOR Y SUB-21	SERIE A INTERNACIONAL
17-19	PRAGA (REP.CHECA)	SUB-21	CAMPEONATO DE EUROPA
26-27	ORÁN (ARGELIA)	SENIOR Y SUB-21	JUEGOS MEDITERRANEOS
JULIO 2022			
1 AL 3	MORAIIRA (ALICANT)	SENIOR Y SUB-21	CLINIC INTERNACIONAL
8	BIRMINGHAM (USA)	SENIOR Y SUB-21	WORLD GAMES
14-17	CALI (COLOMBIA)	SENIOR Y SUB-21	COPA IBEROAMERICANA

A continuación, presentamos el gráfico de la programación así como la estructura de las cargas.

GRÁFICO PERIODIZACIÓN

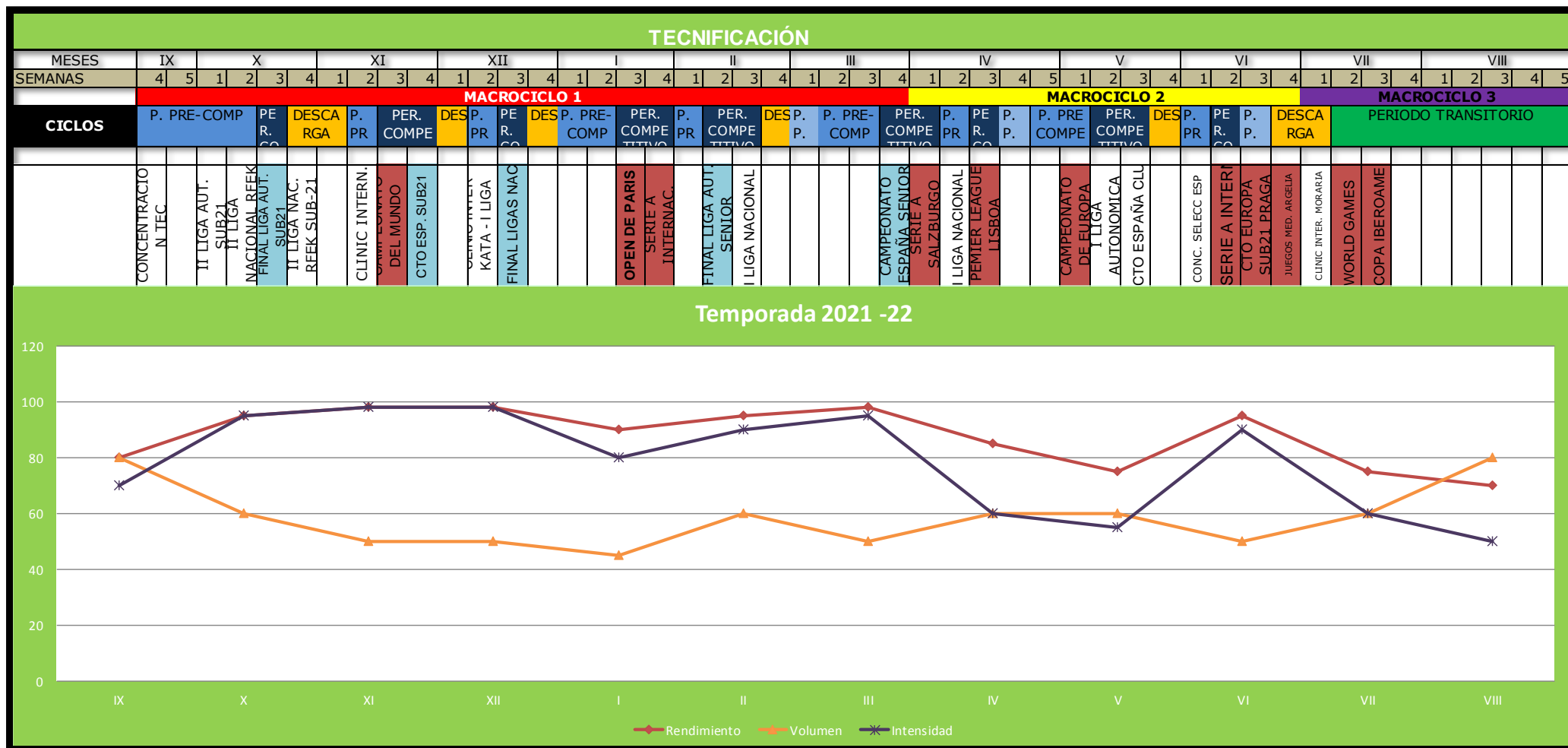
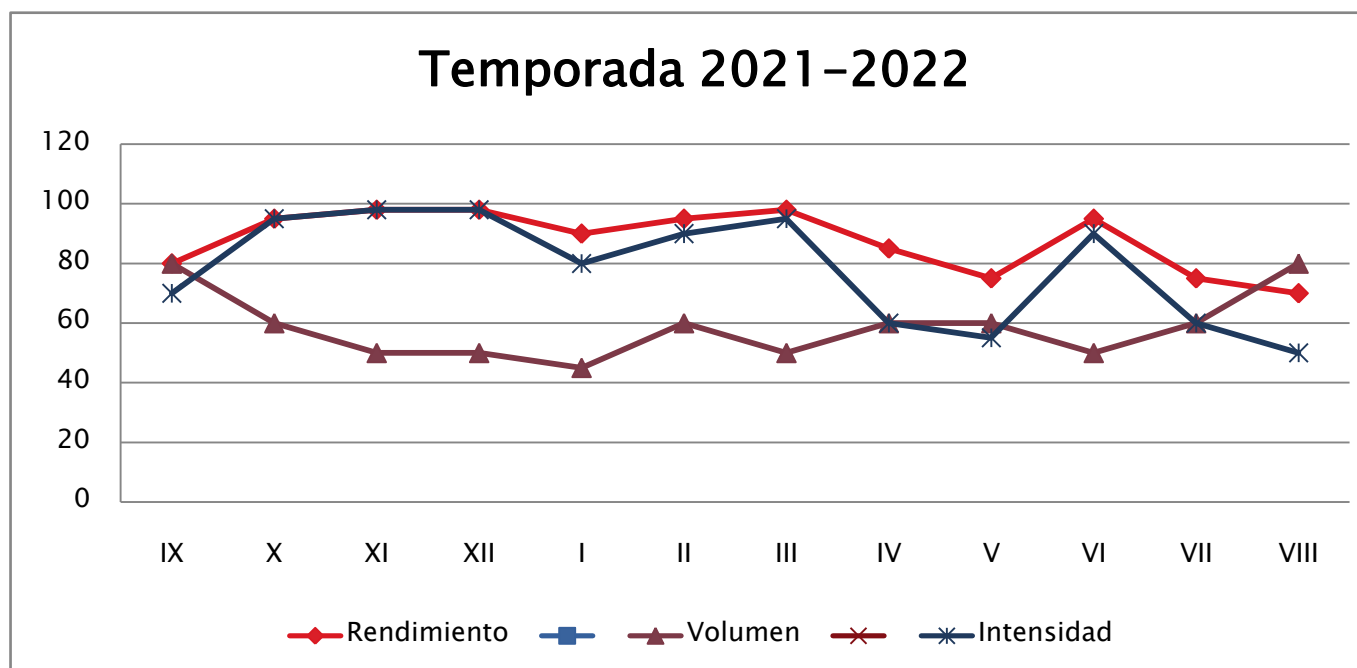


GRÁFICO DE RENDIMIENTO

	IX	X	XI	XII	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII
Rendimiento	80	95	98	98	90	95	98	85	75	95	75	70
Volumen	80	60	50	50	45	60	50	60	60	50	60	80
Intensidad	70	95	98	98	80	90	95	60	55	90	60	50



PROGRAMA DE TECNIFICACIÓN – AREA KUMITE VALENCIA

Listado de deportistas. **ALTAS**



Nombre y apellidos	Fecha Nac.	Categoría	Club pertenencia	Elite	Mejor resultado	Objetivo previsto
Alex Siurana Soriano	26-04-00	SÉNIOR	C.K. La Llum		Subcampeón Autonómico sub21 -75	Medalla Autonómica
Elisabeth Rodríguez Bravo	07-08-92	SÉNIOR	Club J.Vidal		Campeona Autonómica Senior -55	Medalla Autonómica
Hugo Ballester Piquer	15-11-99	SÉNIOR	Club J.Vidal	AC	Subcampeón Cto España Senior -67 Subcampeón Panamericano Senior	Medalla Nacional Senior
Javier Oña Tudela	14-05-02	SUB-21	CK Manises	AC	Campeón Autonómico y bronce en final de Liga Nacional sub21 -84	Medalla Nacional Sub21
Jorge García Vernetta	24-01-01	SÉNIOR	CK Kenkyo		Subcampeón Liga Nacional sub21 -67	Medalla Autonómica
Nicolás Hernández Pérez	28-05-00	SÉNIOR	Club J.Vidal		Bronce I Jornada Liga Autonómica Senior -84	Medalla Autonómica
Patricia Peso Palomares	04-01-99	SÉNIOR	C.K. Kyodai		Subcampeona Autonómica senior -55	Medalla Autonómica
Rubén Martínez García	19-06-96	SÉNIOR	CK Kenkyo	AC	Bronce Cto España Senior -60	Medalla Nacional Senior
Sergio Renovell Codesido	16-07-99	SÉNIOR	CK Paterna		Subcampeón I Jornada Liga Nacional Senior +84	Medalla Autonómica
Sonia Pereira Villalobos	21-12-01	SUB-21	CK Kenkyo	AC	Grand Winner Liga Nacional Senior Campeona de España Sub21	Medalla Nacional Senior
Víctor Rubio San Antonio	20-07-99	SÉNIOR	CK Ni Sente Nashi		Campeón I Jornada Liga FKCV Senior -75	Medalla Autonómica
Yuri Sinkovskiy	11-08-98	SÉNIOR	Club J.Vidal		Bronce Final Liga Nacional Senior -67	Medalla Nacional Senior
Iván Ferrer Real	16-03-03	SUB-21	C.K. La Pobla	AC	Subcampeón Cto. España Sub21 -75	Medalla Nacional Sub21
Ángel Hernández Calpe	01-03-03	SUB-21	Club J.Vidal	AC	Subcampeón Autonómico Sub21 +84	Medalla Nacional Sub21
Mónica Hernández Pérez	29-08-02	SUB-21	CK Kenkyo		Campeona Autonómica sub21 -55	Medalla Nacional Sub21
Ángel Vicente Esteve	12-12-02	SUB-21	CD Kazoku Sport	AC	Campeón I Jornada Auton. Senior -84	Medalla Nacional Sub21
Carla Vives Torrent	12-09-02	SUB-21	C.K. Alzira	AC	Bronce Cto España Sub21 -68 Plata Final Liga Nacional Senior -68	Medalla Nacional sub21

PROGRAMA DE TECNIFICACIÓN – AREA KUMITE ALICANTE

Listado de deportistas

Nombre y apellidos	Fecha Nac.	Categoría	Club pertenencia	Elite	Mejor resultado	Objetivo previsto
Daniel Molina Nadal	01/08/94	SÉNIOR	CD Shingi Tai		Oro Cpto .Aut. Senior+ 84kg	Medalla Autonómica
Jordi López López	01/06/01	SÉNIOR	CD Shingi Tai		Oro Cpto. Aut.Sub-21 -60 kg	Medalla Autonómica
José Gómez Moya	29/09/00	SÉNIOR	E.A.M. Txentxo	AC	Tercero Cpto. Aut: Senior-75 kg	Medalla Nacional Senior
Sara Pineño Coronel	25/09/98	SÉNIOR	Club Shotokan Xixona	AC	Tercera Cpto. Aut: Senior – 68 Kg	Medalla Nacional Senior
Sergio Muñoz Torres	20/09/99	SÉNIOR	C.K. Juan Muñoz	AC	Oro Cpto. Aut. Senior-84 Kg:	Medalla Nacional Senior
Ana Arenas Gonzalez	02/09/02	SUB-21	Carrús	AC	Oro Cpto. Aut. Senior – 68kg:	Medalla Nacional Sub21
Aroa Antón Samaniego	17/06/03	SUB-21	CD Shingi Tai		Plata 2ª jorn Liga Aut.Sub-21 +68kg	Medalla Autonómica
Ixchel Pastor López	22/09/03	SUB-21	Shotokan Sant Joan		Plata 1ª jorn.Liga Aut. Sub-21 50Kg	Medalla Autonómica
Jorge Quiven López	17/10/02	SUB-21	K.C.San Vicente	AC	Oro Cpto. Auton. Sub-21 + 84kg	Medalla Nacional Sub21
Lucía Pachón Sánchez	25-06-04	SUB-21	C.D. Daimyo		Oro Cpto. Auton. Junior -59kg	Medalla Autonómica
Jordi QuesadaTerres	22-12-04	SUB-21	C.D. Monte Benacantil		Oro Cpt. Auton. Junior – 76 kg	Medalla Autonómica



ALTAS

PROGRAMA DE TECNIFICACIÓN - AREA DE KATA VALENCIA

Listado de deportistas.

Nombre y apellidos	Fecha Nac.	Categoría	Club pertenencia	Elite	Mejor resultado	Objetivo previsto
José M. Carbonell López	06/07/91	SÉNIOR	CD KazokuSport	AC	3º Clasif. campeonato España senior	Final campeonato de España senior
Mario Tardío Royo	03/07/99	SÉNIOR	CD Kazoku Sport	AC	3º Clasif. Cto. España equipos senior	Final campeonato de España equipos senior 3º clasificado España senior
Fernando Piñango Herrera	04/06/96	SÉNIOR	CD Kazoku Sport	AC	3º Clasif. autonómico senior	Final campeonato de España equipos senior
Rocío Huerta Hernández	06/06/96	SÉNIOR	CD Kazoku Sport	AC	3ª Clasificada autonómico senior	Final campeonato de España equipos senior
África Lorenzo Catalá	04/02/98	SÉNIOR	Club karate Marce	AC	3ª Clasificada España equipos senior	Final campeonato de España equipos senior
Alicia Sánchez Giménez	25/09/99	SÉNIOR	C.K. Kumiai Valencia		3ª Clasificada autonómico senior	Final autonómico senior
Marcos Goda López	16/01/01	SUB-21	CD Kazoku Sport	AC	3º Clasificado Cto. España sub-21 3º Clasif. Cto. España equipos senior	Final campeonato de España equipos senior
Rubén Martínez Jiménez	02/08/02	SUB-21	Kyodai		1º clasificado autonómico sub-21	Medallista España sub-21
Blanca Ruiz García	24/02/02	SUB-21	CD Kazoku Sport	AC	3ª Clasificada España equipos senior	Final campeonato de España equipos senior
María San Francisco Jerez	29/08/03	JÚNIOR	CD Kazoku Sport	AC	3ª Clasificada España equipos senior	Final campeonato de España equipos senior
Carla Riestra Calomarde	23/06/97	SÉNIOR	K.C. San Vicente	AC	2ª Clasificada autonómico senior	1ª autonómico senior

Paula Hernández Güell	16-05-02	SUB-21	C.K. Ni sente Nashi		3ª Clasificada autonómico sub-21	Final autonómico sub-21
Álvaro Benita Torres	11-06-04	SUB-21	K.C. Tamashi Do		3º Clasificado autonómico junior	Final autonómico sub-21
Oscar Agustí Rubí	09-05-03	SUB-21	CD Kazoku Sport		2º clasificado autonómico sub-21	1º clasificado autonómico
Caribe Lorenzo Catalán	16-03-04	SUB-21	C.K. Marce	AC	3ª clasificada España equipos cadete junior	3ª clasificada España sub-21
María Hidalgo Méndez	25-11-04	SUB-21	Kyodai		1ª clasificada autonómico	3ª clasificada España sub-21



ALTAS

PROGRAMA DE TECNIFICACIÓN – AREA KARATE ADAPTADO

Listado de deportistas

Nombre y apellidos	Fecha Nac.	Categoría	Club pertenencia	Elite	Mejor resultado	Objetivo previsto
Carlos Huerta Ruiz	25/05/92	SÉNIOR	Club Karate Kodama	AC	Oro Mundial de Pakarate (Discapacidad Intelectual)	Medalla Europeo
Juan A. Sepulcre Fuentes	08/01/88	SÉNIOR	C.A M Tenxtxo	AC	Bronce Mundial de Pakarate (Silla de Ruedas)	Medalla Europeo
Francisco J. Lozano Ortega	26/01/87	SÉNIOR	C.K. Antonio M. Verdú	AC	5º Clasif. Mundial de Pakarate (Discapacidad Visual)	Medalla Europeo
Felix Escribano Azabarte	03/08/72	SÉNIOR	C.K Sedaví	AC	Plata Cto. España de Pakarate Oro Final Liga Nacional (Discapacidad Física)	Medalla Nacional
Jenifer Malo Magdaleno	22/09/00	SUB-21	C.K. Picasent	AC	Oro Cto. España de Pakarate Oro Final Liga Nacional (Discapacidad Física)	Medalla Nacional

ACTIVIDADES PROGRAMADAS COMO TECNIFICACIÓN

FECHA	LUGAR	CATEGORÍAS	EVENTOS
ENERO 2022			
21-23	PARÍS	SENIOR Y SUB-21	OPEN INTERNACIONAL
28-30	PAMPLONA	SENIOR Y SUB-21	SERIE A INTERNACIONAL
FEBRERO 2022			
12-13	MADRID	JUNIOR, SUB-21 Y SENIOR	MEMORIAL ÁNGEL SAEZ
26-27	ALICANTE	SENIOR	I LIGA NACIONAL RFEK
ABRIL 2022			
1-3	SALZBURGO	SENIOR Y SUB-21	SERIE A INTERNACIONAL
9-10	SIN DESIGNAR	SUB-21	I LIGA NACIONAL RFEK
22-24	LISBOA (PORTUGAL)	SENIOR Y SUB-21	PREMIER LEAGUE
MAYO 2022			
14	ELCHE	JUNIOR Y SUB-21	I LIGA AUTONÓMICA
JUNIO 2022			
2-5	VALENCIA	SENIOR Y SUB-21	CONCENTRACIÓN SELECC. ESPAÑOLA
10-12	EL CAIRO (EGIPTO)	SENIOR Y SUB-21	SERIE A INTERNACIONAL
26-27	ORÁN (ARGELIA)	SENIOR Y SUB-21	JUEGOS MEDITERRANEOS
JULIO 2022			
1 AL 3	MORAIRA (ALICANT)	SENIOR Y SUB-21	CLINIC INTERNACIONAL
8	BIRMINGHAM (USA)	SENIOR Y SUB-21	WORLD GAMES
SEPTIEMBRE			
24-25	MÁLAGA	JUNIOR Y SUB-21	II LIGA NACIONAL RFEK
OCTUBRE			
1-2	SANTANDER	SENIOR	II LIGA NACIONAL RFEK
NOVIEMBRE			
SIN DESIGNAR	COMUNIDAD VALENCIANA	SENIOR Y SUB-21	CLINIC INTERNACIONAL
DICIEMBRE			
16 AL 18	A CORUÑA	JUNIOR, SUB-21 Y SENIOR	FINAL LIGA NACIONAL RFEK

TEST Y CONTROLES DE RENDIMIENTO.

Aunque la actividad de los deportistas no cesa, la temporada se inicia oficialmente con la concentración realizada en septiembre que es cuando comienza la temporada deportiva.

Los deportistas vienen del Periodo transitorio o Periodo descarga competitiva (Julio y agosto) donde el trabajo se ha caracterizado por:

- ▶ Carga de Preparación Física general y específica
- ▶ Adquisición de nuevos recursos técnicos y tácticos.
- ▶ Eliminación de defectos parciales y la evaluación de resultados.

Se realizarán controles al inicio de temporada para evaluar el estado físico, técnico y táctico (se adjunta modelo de fichas de control).

Estos controles se repetirán antes de cada pico de rendimiento, coincidiendo con los campeonatos principales y al final de temporada.

Para esta temporada queremos solicitar controles de medición antropométrica en colaboración con el Centro de Medicina Deportiva del Complejo Educativo de Cheste con el fin de evaluar la evolución de los deportistas.

A continuación, presentamos algunas de las fichas utilizadas para la evaluación y control utilizadas.



FICHA ANÁLISIS REPERTORIO

FOTO

NOMBRE:		CATEGORIA:	FECHA NAC:	TEMPORADA:
MODALIDAD:	TELF:	E-MAIL:	CLUB:	

<h3>REPERTORIO TÁCTICO</h3> <p>TÁCTICA DOMINANTE:</p> <table border="1"> <tr> <td>ATAQUE SD</td> <td>ATAQUE SI</td> <td>2ª INTENCION</td> <td>DEFENSA</td> <td>CONTRA</td> <td>ANTICIP</td> </tr> </table> <p>FLEXIBILIDAD TÁCTICA <table border="1"><tr><td>SI</td><td>NO</td></tr></table></p> <p>OBSERVACIONES:.....</p>	ATAQUE SD	ATAQUE SI	2ª INTENCION	DEFENSA	CONTRA	ANTICIP	SI	NO	<h3>REPERTORIO TÉCNICO</h3> <p>TÉCNICA PREDOMINANTE:</p> <p>*PUÑO.....</p> <p>*PIERNA.....</p> <p>GUARDIA <table border="1"><tr><td>DCHA</td><td>IZDA</td></tr></table></p> <p>DEFENSA <table border="1"><tr><td>BIEN</td><td>MAL</td></tr></table></p> <p>DISTANCIA.....</p> <p>CONTROL.....</p> <p>OBSERVACIONES.....</p>	DCHA	IZDA	BIEN	MAL																																																			
ATAQUE SD	ATAQUE SI	2ª INTENCION	DEFENSA	CONTRA	ANTICIP																																																											
SI	NO																																																															
DCHA	IZDA																																																															
BIEN	MAL																																																															
<h3>CONDICIÓN FÍSICA</h3> <table border="1"> <tr><td>VELOCIDAD</td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr> <tr><td>FUERZA</td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr> <tr><td>FLEXIBILIDAD</td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr> <tr><td>RESISTENCIA</td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr> <tr><td>COORDINACIÓN</td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr> </table>	VELOCIDAD	1	2	3	4	5	FUERZA	1	2	3	4	5	FLEXIBILIDAD	1	2	3	4	5	RESISTENCIA	1	2	3	4	5	COORDINACIÓN	1	2	3	4	5	<h3>ACTITUDES PSICOLÓGICAS</h3> <p>REACCIONA CON EL MARCADOR EN CONTRA:</p> <table border="1"> <tr><td>BIEN</td><td>REGULAR</td><td>MAL</td></tr> </table> <table border="1"> <tr><td>ESTÁ NERVIOSO</td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr> <tr><td>TIENE MIEDO</td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr> <tr><td>ESTÁ MOTIVADO</td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr> <tr><td>SABE QUÉ DEBE HACER</td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr> <tr><td>ESTÁ CONCENTRADO</td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr> </table>	BIEN	REGULAR	MAL	ESTÁ NERVIOSO	1	2	3	4	5	TIENE MIEDO	1	2	3	4	5	ESTÁ MOTIVADO	1	2	3	4	5	SABE QUÉ DEBE HACER	1	2	3	4	5	ESTÁ CONCENTRADO	1	2	3	4	5
VELOCIDAD	1	2	3	4	5																																																											
FUERZA	1	2	3	4	5																																																											
FLEXIBILIDAD	1	2	3	4	5																																																											
RESISTENCIA	1	2	3	4	5																																																											
COORDINACIÓN	1	2	3	4	5																																																											
BIEN	REGULAR	MAL																																																														
ESTÁ NERVIOSO	1	2	3	4	5																																																											
TIENE MIEDO	1	2	3	4	5																																																											
ESTÁ MOTIVADO	1	2	3	4	5																																																											
SABE QUÉ DEBE HACER	1	2	3	4	5																																																											
ESTÁ CONCENTRADO	1	2	3	4	5																																																											



PRUEBAS PROGRAMA DE ESPECIALIZACIÓN DEPORTIVA

FOTO

Modalidad	Categoría	Fecha
Deportista		Club

ANÁLISIS REPERTORIO TÁCTICO

Nivel de eficiencia	ATAQUE	DEFENSA	2ª INTENCIÓN	CONTRAATAQUE	ANTICIPACIÓN
BAJA					
MEDIA					
ALTA					

OBSERVACIONES

EVALUACIÓN GENERAL	ALTA	
	MEDIA	
	BAJA	

CONTROL DEPORTISTA

NOMBRE:		CATEGORIA:	FECHA NAC:	TEMPORADA:
MODALIDAD:	TELF:	E-MAIL:		CLUB:

FECHA	PESO	TEST RD		ALIM		SUENO		ENTREN		
				B	M	B	M	1	2	3

ANALISIS REPERTORIO TÁCTICO

NIVEL DE EFICIENCIA	ATAQUE	DEFENSA	CONTRAATAQUE	ANTICIPACIÓN	2ª INTENCIÓN
BAJA					
MEDIA					
ALTA					

OBSERVACIONES:

--

EVALUACIÓN GENERAL:

ALTA
MEDIA
BAJA

ANÁLISIS FUNDAMENTOS TÉCNICOS

GESTO TÉCNICO	LADO	POSICIÓN INICIAL			FASE EXTENSIÓN			FASE RECOGIDA			POSICIÓN FINAL		
		C	NM	I	C	NM	I	C	NM	I	C	NM	I
KIZAMI	D												
	I												
GIAKO	D												
	I												
MAE-GERI	D												
	I												
MAWASHI-GWERI	D												
	I												
URA-MAWASHI	D												
	I												

EVALUACIÓN GENERAL	INCORRECTA	
	NECESITA MEJORAR	
	CORRECTA	



FICHA ANÁLISIS DE RESULTADOS

Campeonato	Categoría	Fecha
Deportista		Club

Combat	Golpe	Ataque		Anticipación		Contra		Amonestac		Resultado		Competidor
		Favor	Contra	Favor	Contra	Favor	Contra	Favor	Contra	Favor	Contra	
1º	B	DCHA										Nombre
		IZDA										
	P	DCHA										Club
		IZDA										
2º	B	DCHA										Nombre
		IZDA										
	P	DCHA										Club
		IZDA										
3º	B	DCHA										Nombre
		IZDA										
	P	DCHA										Club
		IZDA										
4º	B	DCHA										Nombre
		IZDA										
	P	DCHA										Club
		IZDA										
5º	B	DCHA										Nombre
		IZDA										
	P	DCHA										Club
		IZDA										

OBSERVACIONES

Pruebas de campo específicas de kumite. Compuestas por:

-Lanzamiento de pelota lastrada de 1kg simulando kizami-tsuki y gyako-tsuki.

Lanzamiento de pelota lastrada realizando con la mano de la pelota los gestos de kizami-tsuki y gyako tsuki por ambas guardias.

-Test salto horizontal con desplazamiento yori ashi.

Test de salto horizontal modificado, realizando un gesto de desplazamiento (salto) específico.

-Test de frecuencia de tsuki con doble desplazamiento.

Consiste en la realización de 20 combinaciones de kizami-gyako tsuki con doble desplazamiento, rompiendo las fotocélulas y llegando al punto de inicio, midiendo la cadencia y manteniendo la velocidad máxima.

Nombre	Test Frecuencia Doble Desplazamiento Guardia Dominante																				MEDIA
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
Ballester Piquer, Hugo	139	235	121	222	19	120	149	125	121	194	144	191	120	128	199	132	197	120	120	147	147,15
Comes Martinez, Ernesto	120	124	122	126	126	125	130	120	134	122	120	121	135	121	124	125	128	120	124	120	124,35
García Vemetta, Jorge	132	123	139	177	146	174	140	148	183	138	133	134	121	176	121	152	179	150	120	121	145,35
Hernández Pérez, Mónica	185	125	121	123	224	193	150	120	182	145	154	127	142	147	160	139	124	120	121	120	146,1
Hernández Pérez, Nico	134	129	171	143	135	120	153	149	159	165	157	135	198	134	158	137	150	150	140	134	147,55
Pereira Villalobos, Sonia	218	161	226	171	153	156	146	142	120	140	154	151	133	145	141	120	140	200	131	171	155,95
Renovell Codesido, Sergio	197	121	122	178	178	121	133	150	124	128	134	120	150	140	140	184	137	121	221	140	146,95
Rubio San Antonio, Víctor	166	129	121	173	120	121	120	120	120	121	120	121	123	169	136	122	120	123	127	121	129,65
Sinkovskiy, Yury	120	161	125	155	130	152	125	151	132	147	124	161	126	142	120	121	166	138	158	149	140,15
Siurana Soriano, Alex	146	175	145	150	140	145	178	142	140	152	176	157	212	165	156	175	150	166	120	160	157,5
Nombre	Test Lanzamiento				Test Salto																
	K-I	K-D	G-I	G-D	K-I	K-D															
Ballester Piquer, Hugo	473	440	680	1040	x	181															
Comes Martinez, Ernesto	477	580	743	548	190	186															
García Vemetta, Jorge	500	470	710	694	179	170															
Hernández Pérez, Mónica	439	470	680	620	156	162															
Hernández Pérez, Nico	630	446	740	570	186	186															
Pereira Villalobos, Sonia	550	530	550	670	176	156															
Renovell Codesido, Sergio	515	664	689	849	165	203															
Rubio San Antonio, Víctor	585	559	870	1110	238	219															
Sinkovskiy, Yury	538	445	679	749	214	192															
Siurana Soriano, Alex	660	790	720	770	190	181															

PERSONAL TÉCNICO:

Coordinador y técnicos responsables del programa

Coordinador/a: José Vidal Benita Godoy

Titulación: CN 8º Dan/ Diplomado Magisterio E.F/Entrenador Nacional/ Director Técnico FKCV.

Técnicos/Colaboradores / Entrenadores

Nombre y apellidos	Titulación	Funciones
Arturo Olmedo Monedero	C.N. , 6º Dan, Licenciado E. Física, Diplomado en Fisioterapia, Entrenador de karate Nivel III	Seleccionar a los deportistas de Kumite en Valencia. Entrenar y evaluar a los deportistas en el área técnico táctica.
Christian Benita López	C.N. 4º Dan, Licenciado E. Física Graduado en Magisterio Entrenador de Karate Nivel III	Entrenar y evaluar a los deportistas de Valencia y Castellón en el área física.
Jesús Massarwah Sánchez	C.N. 3º Dan, Licenciado E. Física, Entrenador de karate Nivel III	Seleccionar a los deportistas de Kumite en Alicante. Entrenar y evaluar a los deportistas en el área técnico táctica.
Jesús Quinto Barberán	C.N. 6º Dan, Diplomado Magisterio E.F, Entrenador de Karate Nivel III	Seleccionador y entrenador. Seleccionar a los deportistas de kata. Entrenar y evaluar a los deportistas en el área técnico táctica.
José Manuel Carbonell López	C.N 4º Dan /Entrenador de karate Nivel III	Coordinación de los distintos equipos de kata de Valencia, Castellón y Alicante. Estudio y seguimiento de posibles talentos deportivos.

SEDES DE ENTRENAMIENTOS:

Instalación principal: Complejo Educativo Cheste

Horarios de entrenamientos:

- **Kata:** miércoles de 20:00h a 22:00h
- **Kumite:** Jueves de 20:30h a 22:30h.

Calle y número: Ctra. CV-378, Km.0,300, 46380 Cheste, Valencia, España

Población: Cheste

Provincia: Valencia

Otra Instalación: Instalaciones Deportivas Universidad Miguel Hernández (Elche)

Calle y número: Avinguda de la Universitat d'Elx, s/n, 03202 Elx, Alacant, España

Horarios de entrenamientos: Miércoles de 21:00h a 22:30h

Población: Alicante

Provincia: Alicante

Valencia 15 de enero de 2022

Fdo: José Vidal Benita Godoy
Coordinador del Programa de Tecnificación
Director Técnico de la FKCV y DDAA

Presupuesto de ingresos y gastos

3.Presupuesto general de ingresos y gastos temporada 2022

INGRESOS	
CONCEPTOS	importe presupuestado
Conselleria Educacion, Cultura y Deporte	17.000,00
Federación de Karate: Programa	8.840,00
TOTAL INGRESOS	25.840,00
GASTOS	
CONCEPTOS	Prog.Tecnificacion
HONORARIOS PERSONAL TÉCNICO	8.250,00 €
Coordinador Jose Vidal	2.150,00 €
Ent. tec-tac VCL Kumite Arturo Olmedo	1.550,00 €
Ent. VLC (kata) Jesús Quinto	1.550,00 €
Ent. Kata femenino J.M. Carbonell	300,00 €
Ent. Físico ALC Jesus massarwah	1.550,00 €
Ent. físico VLC Christian Benita	1.150,00 €
ASISTENCIA COMPETICIONES Y CONCENTRACIONES	12.990,00 €
Gastos Viajes Deportistas	4.000,00 €
Honorarios Entrenadores	1.000,00 €
Organizacion, Arbitrajes, instalaciones y montajes	1.900,00 €
Gastos Viajes Tecnicos	4.890,00 €
canon participacion	1.200,00 €
OTROS GASTOS	4.600,00 €
Gastos desplazamientos tecnicos	0,00 €
Becas y ayudas a deportistas por la asistencia a Ligas nacionales e Internacionales	2.000,00 €
Equipaciones Deportivas y Material deportivo	2.600,00 €
TOTAL GASTOS	25.840,00 €