



**FEDERACION PARAGUAYA DE DEPORTES
ACUATICOS**

Dirección: Augusto Roa Bastos c/ Federación Rusa – portón 7 del BCP

Mail : secretaria@fevana.org.py

MEMO N° 060/2024

PARA: Club Deportivo de Puerto Sajonia
Club Internacional de Tenis
Encarnación Rugby Club
Club Centenario Club
Club Olimpia
Club Deportivo SyC
Pacífico Club
Club Deportivo Da Silva
Apunto Deportes Acuáticos
Club Pececitos de Jesús Club
Club Nadocrol
Centro Social de Encarnación
Club Benjamín Hockin
Club Ypacarai
Club Paraguay Master
Club Coronel Oviedo

DE: Federación Paraguaya de Deportes Acuáticos - FEPADA

ASUNTO: Invitación a clínica Módulo I de natación

FECHA: 18 de abril de 2024

La Federación Paraguaya de Deportes Acuáticos – FEPADA, invita a participar de la Clínica, Módulo I, del 17 al 19 de mayo del año en curso, a ser dictada por el profesor Fernando Alves Possenti, medallista mundial y Juegos Olímpicos. Los temas a tratar son referentes a la actividad formativa y capacitación de los entrenadores de los diferentes clubes, que se realizara en las instalaciones del Centro Acuático Nacional - CAN.

La invitación va dirigida a todos nuestros afiliados, los mismos pueden inscribir hasta 2 entrenadores por club



FEDERACION PARAGUAYA DE DEPORTES ACUATICOS

Dirección: Augusto Roa Bastos c/ Federación Rusa – portón 7 del BCP

Mail : secretaria@fepana.org.py

El Cronograma es el siguiente:

Hora	Viernes 17 de mayo	Sábado 18 de mayo	Domingo 19 de mayo
08:00		Entrenamiento del equipo principal	
08:30			Pedagogía del ejemplo.
09:00		Diferencia entre la eficiencia de nado y nado eficiente.	Educativo: creación y creatividad.
09:30		BREAK	BREAK
10:00		Análisis Bioquímico y Nutrición.	Recovery: concepto y aplicación práctica.
10:30			
11:00		Controles de marcadores, y pruebas de laboratorio.	Preguntas generales
11:30			
12:00			
12:30		ALMUERZO	ALMUERZO
13:00			
13:30			
14:00	Diferenciación entre métodos de trabajo (ATR, bloque, tradicional).	Análisis biomecánico.	
14:30	Diferencia de trabajo de "pace" para los atletas de aguas abiertas y de natación.	Monitoreo de carga y fatiga en el programa de entrenamiento.	
15:00	BREAK	BREAK	
15:30	Trabajo físico para atletas de natación.	Trabajo psicológico con la nueva generación de deportistas.	
16:00			
16:30	Entrenamiento del equipo principal		
17:00			
17:30			

Se requiere el 100% de asistencia

La clínica es totalmente gratuita

Se recibirán las inscripciones como fecha tope el miércoles 08 de mayo, hasta las 12:00 Hs.

Observación: Esta clínica será uno de requisitos para impartir clases en el CAN en el 2024, como también integrar selecciones nacionales.

Se expedirán certificados

¡¡¡Los esperamos!!!

Atentamente,

Arq. Carlos Ortiz Plate
Secretario Comité Ejecutivo
FEPADA



Lic. Juan Carlos Orihuela
Presidente Comité Ejecutivo
FEPADA