



natación



formación



buceo



salvamento

Síguenos



Nota de Prensa

www.natacionsonseca.com

Club Natación Buceo y Salvamento Sonseca

10 años contigo. !!! Somos Club !!!

DOS NADADORES DEL CN SONSECA SON SELECCIONADOS POR LA FEDERACIÓN DE CASTILLA LA MANCHA PARA REALIZAR UN STAGE DE PREPARACIÓN DE CARA AL CAMPEONATO DE ESPAÑA ALEVÍN

Cuenca fue la ciudad elegida para la concentración de los mejores nadadores de Castilla-La Mancha en categoría alevín.

La concentración se celebró los días 31 de mayo y 1 de junio, a seis semanas del Campeonato de España Alevín, coincidiendo con la fase de la preparación deportiva en la que suele programarse la mayor exigencia en las cargas de entrenamiento de natación.

Así pues, la concentración de natación se presentaba con la finalidad de contribuir a la mejora de la preparación de los nadadores para el Campeonato de España Alevín, fijado en el calendario oficial de la Real Federación Española de Natación para los días 9 al 12 de julio de 2014.

En este contexto, las concentraciones proporcionan el marco idóneo para realizar sesiones de entrenamiento destinadas al perfeccionamiento y desarrollo de las capacidades que condicionan el rendimiento competitivo en natación, mediante el empleo de cargas elevadas en condiciones ideales de preparación (dedicación plena al entrenamiento, grupos de entrenamiento de alto nivel de rendimiento competitivo, disponibilidad de todos los equipamientos y materiales necesarios, medios de recuperación, etc.).

A cuenca acudieron una selección de quince chicos de entre 13 y 14 años y once chicas de entre 11 y 12a años que realizaron un total de cinco sesiones de entrenamiento, tres de ellas en agua y dos en seco, pero donde al margen del cansancio de dichas sesiones, los nadadores tuvieron sus momentos de ocio y convivencia que hicieron de la misma una experiencia inolvidable.

Dicha selección se realizó en base a los nadadores con mínima nacional o que estuvieran muy próximos a ellas. Nuestro equipo tuvo el orgullo de poder enviar dos nadadores a dicha concentración:

- Pablo Mora por las pruebas de 100 Libre, 100 Espalda, 100 Mariposa y 200 Estilos.
- Pablo Valentín por las pruebas de 100 Espalda, 200 Espalda, 200 Libre, 400 Libre, 1500 Libre, 200 Estilos.



CLUB NATACIÓN BUCEO Y SALVAMENTO SONSECA

club@natacionsonseca.com