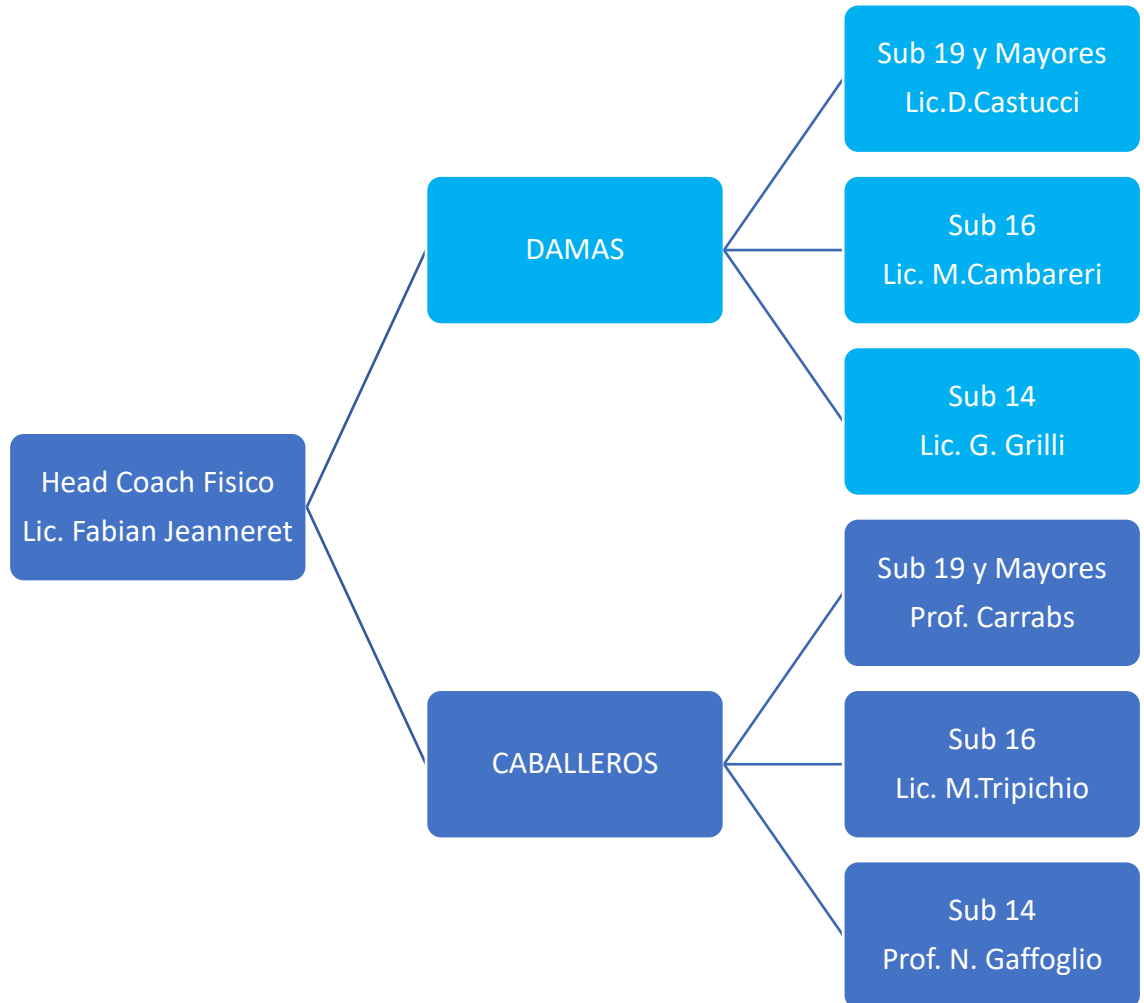




## Preparación Física de los Seleccionados de AHBA

### Recursos Humanos del Área



- **Desempeño**

- 1- Los lineamientos de desempeño general, Evaluación, Diagnóstico y Entrenamiento serán proporcionados por el Head Coach Físico.
- 2- En el área de Evaluación y Diagnóstico se testeará para observar el nivel Físico ( Comparación del Rendimiento Físico con el Perfil Nacional Sub-14 y Sub-16 y el Perfil Internacional Sub- 20 Damas y Caballeros), como así también para elaborar un Perfil característico de los Seleccionados de AHBA. Se confeccionará una Historia Deportiva Física de cada Jugador/a, la cual formará parte de los antecedentes del paso por los distintos



### Preparación Física de los Seleccionados de AHBA

Seleccionados y así poder observar año tras año la evolución Física Hasta llegar al Seleccionado Mayor.

- 3- En el área de Entrenamiento, una vez que los distintos grupos se reduzcan (Sub-14 – Sub-16 – Sub-19) se comenzara con una sesión Física de corta duración, con el objetivo de sumar a la semana típica en esas edades, un entrenamiento más semanal, de calidad, teniendo como objetivo elevar la Performance física ya sea en el Club como en el Seleccionado.
- 4- Se deberá ubicar dentro del Predio Olímpico un sector para desempeñar las tareas Físicas dentro de días y horarios correspondientes a Damas y Caballeros.
- 5- A los P.F se les sugirió compartir las sesiones de entrenamientos con los D.T para controlar intensidad, pausas, etc. Pero esto no puede ser obligatorio debido al tipo de contratación de estos.
- 6- Todas la actividades a realizar y observaciones serán reportadas detalladas y constantemente a los P.F de los clubes. Como así también los P.F de los Clubes podrán sugerir, aportar datos, etc. para un mejor proceso de entrenamiento en los Seleccionados.
- 7- Durante los Torneos los P.F deberán cumplir con el rol propio de la profesión y también asistir a los D.T con el sistema de cambios si ellos lo requieren.

Licenciado Fabian Jeanneret

Head Coach Físico

Seleccionados de AAHBA.