

ANEXO EVOLUCIÓN CUALIDADES (% MEDIOS PREPARACIÓN POR DEPORTES)

Deportes	Etapas (años)	Medios de preparación (%)	
		P. general	P. específica
Deportes cíclicos	12 – 14	80/70	20/30
	15 – 17	40/30	60/70
Deportes de fuerza rápida	12 – 14	75/70	25/30
	15 – 17	60/45	40/55
Deportes colectivos	12 – 14	75/65	25/35
	15 – 17	40/30	60/70
Deportes de combate	12 – 14	75/60	25/40
	15 – 17	45/40	55/60
Deportes de coordinación	12 – 14	40/30	60/70
	15 – 17	30/20	70/80