

PRÁCTICA 2. LA PROGRAMACIÓN ANUAL. ENTRENAMIENTO DEPORTIVO. CURSO 2018-19

NOMBRE DEL GRUPO O DEL DEPORTISTA		OBJETIVOS DEL ENTRENAMIENTO																																							
		RESULTADO				TEST/BAREMOS				PREP. FÍSICA				PREP. TÉCNICA				PREP. TÁCTICA				PREP. PSICOLÓGICA																			
		OCTUBRE		NOVIEMBRE		DICIEMBRE		ENERO		FEBRERO		MARZO		ABRIL		MAYO		JUNIO																							
FECHAS	MESES	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36				
CALENDARIO COMPETICIONES	NAC																																								
	INTER																																								
	LUGAR																																								
PROGRAMACIÓN PERIODIZAC.	FASES DEL ENTREN																																								
	TÉCNICO																																								
	TÁCTICO																																								
	PSICOLÓGICO																																								
	NUTRICIONAL																																								
	VELOCIDAD																																								
	FUERZA																																								
	RESISTENCIA																																								
COORDINAT.																																									
INDICE DE FORMA																																									
FECHAS DE LOS TEST																																									
CONTROLES MÉDICOS																																									
CONC/STAGES/DESC																																									