



## Jornadas Arbitrales para Árbitros y Árbitros Asistentes de 1ª División

Santander, del 20 al 26 julio de 2015

### Programa de actividades

#### Lunes 20

- 12:00 Hora límite de llegada al Hotel Santemar  
Distribución de las habitaciones y entrega de documentación  
Distribución del equipamiento deportivo  
Atención médica por el Dr. Casajús Mallén
- 13:30 - 14:00 Apertura de las Jornadas Arbitrales por el Presidente del CTA  
Presentación de actividades por el Director Técnico
- 14:30 Almuerzo
- 17:00 - 17:45 Charla Técnica. Equipo de preparadores del CTA
- 17:45 Salida de los autocares al entrenamiento en las instalaciones J.M. Abascal
- 18:00 - 19:30 Entrenamiento
- 19:45 Regreso al hotel
- 21:30 Cena

#### Martes 21

- 7:30 Salida de los autocares para el control físico en las instalaciones de La Albericia  
**Árbitros**
- 9:00 Salida de los autocares para el control físico en las instalaciones de La Albericia  
**Árbitros Asistentes**
- 11:00 Regreso al hotel
- 14:30 Almuerzo
- 17:00 - 18:30 Charla médico-deportiva: Dr. Casajús Mallén
- 18:30 - 19:00 Descanso (café)



19:00 - 20:30 Charla técnica: *Fuera de juego*  
Pedro Medina Hernández

21:30 Cena

### Miércoles 22

9:00 - 10:30 Charla técnica. Test de Reglas de Juego y Vídeo

10:30 - 11:00 Descanso (café)

11:00 - 12:45 Charla técnica: *Uso de las manos*

13:00 - 14:15 Reunión por grupos

14:30 Almuerzo

17:45 Salida de los autocares al entrenamiento en los Campos de Sport de El Sardinero

18:00 - 20:30 Entrenamiento físico-táctico con equipo de fútbol

20:30 Regreso al hotel

21:30 Cena

### Jueves 23

7:30 - 9:00 Control médico (analítica sanguínea)

9:00 - 10:30 Charla técnica. Test de Reglas de Juego y Vídeo

10:30 - 11:00 Descanso (Café)

11:00 - 12:30 Charla técnica: *Agarrones y codazos*.

12:30 - 14:15 Reunión por grupos

14:30 Almuerzo

17:45 Salida de los autocares al entrenamiento en los Campos de Sport de El Sardinero

18:00 - 20:30 Entrenamiento físico-táctico con equipo de fútbol

20:30 Regreso al hotel



21:30 Cena

#### Viernes 24

7:30 - 9:00 Control médico (analítica sanguínea)

9:00 - 10:30 Charla técnica: *Trabajo en equipo y Reglas de Juego*

10:30 - 11:00 Descanso (café)

11:00 - 14:00 Charla técnica: *Tackling y Ocasión manifiesta de gol.*

14:30 Almuerzo

17:45 Salida de los autocares al entrenamiento en las instalaciones J.M. Abascal

18:00 - 20:30 Entrenamiento físico

20:30 Regreso al hotel

21:30 Cena

#### Sábado 25

9:30 Salida de los autocares hacia Vargas

10:00 - 11:30 Entrenamiento. Campo de Fútbol de Vargas

12:00 - 14:00 Circuito termal. Hotel Balneario de Puente Viesgo

14:00 Regreso al hotel Santemar

14:30 Almuerzo en el hotel.

21:30 Cena opcional fuera del hotel

#### Domingo 26

9:30 - 11:00 Charla entrenador de fútbol

11:00 - 11:30 Descanso (café)

11:30 - 14:00 Charla técnica y conclusiones



- 14:00 - 14:30 Entrega del Trofeo Vicente Acebedo - Mejores Árbitros y Árbitros Asistentes de 1ª y 2ª División de la temporada 2014/2015  
Clausura de las Jornadas
- 14:30 Almuerzo conjunto 1ª y 2ª División

**Cada día, 1/2 hora antes del entrenamiento y de 23:00 a 23:55 horas, habrá Atención Médica**