



## Jornadas Arbitrales para Árbitros y Árbitros Asistentes de 2ª División

Santander, del 26 de julio al 1 agosto de 2015

### Programa de actividades

#### Domingo 26

- 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
- 14:00 - 14:30 Entrega del Trofeo Vicente Acebedo - Mejores Árbitros y Árbitros Asistentes de 1ª y 2ª División de la temporada 2014/2015  
Apertura de las Jornadas Arbitrales por el Presidente del CTA  
Presentación de actividades por el Director Técnico
- 14:30 Almuerzo conjunto 1ª y 2ª División
- 17:00 - 17:45 Charla Técnica. Equipo de preparadores del CTA
- 18:00 Salida de los autocares al entrenamiento en las instalaciones J.M. Abascal
- 18:15 - 20:00 Entrenamiento
- 20:15 Regreso al hotel
- 21:30 Cena

#### Lunes 27

- 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 entrenador de fútbol
- 21:30 Cena

### Martes 28

- 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

### Miércoles 29

- 7:30 - 9:00 Control médico (analítica sanguínea)
- 9:00 - 10:30 Charla técnica: *Fuera de juego*
- 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

#### Jueves 30

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

9:00 - 10:30 Charla técnica: *Trabajo en equipo*

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

#### Viernes 31

9:00 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

14:30 Almuerzo

17:00 Regreso al hotel

21:30 Cena opcional fuera del hotel

#### Sábado 1

9:30 - 11:00 Charla técnica

11:00 - 11:30 Descanso



11:30 - 13:30 Charla técnica y conclusiones

14:00 Clausura de las Jornadas

14:30 Almuerzo

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