

PLAN DE TECNIFICACION DE CCE 2020
PROGRAMACION
DIA 19 SABADO

HORARIO

9,30 -10,30

9,30 -10,30

10,30 -11,30

A. SANCHEZ PISTA 1

B. BARTOLOME PISTA 2

KONSTANTIN

DOMA

DOMA

CROSS

A	LUENGO MURCIA, JAIME	N-40	LOPEZ DE RODRIGO, ANGELA	N-60	MISMO GRUPO A
	REQUEJO FDEZ, SMITHA	N-60	MUÑOZ GONZALEZ CARLOTA	N-60	
	MARTIN GALINDO, DANIEL	N-40	MARTIN RODRIGUEZ MIGUEL	N-60	

10,40 -11,40

10,40-11,40

11,40-12,40

B	LOPEZ MARTIN, HANNAH	N-60	LEZCANO MARTIN MARIA	N-60	GRUPO B
	SANZ BOLILLO, CARLOS	N-40	GONZALEZ MARTINEZ, PATRICIA	N-60	
	RIBO HORTELANO, MARIA	N-60	PANIAGUA MARTIN, LUMA	N-60	

11,50-12,50

11,50-12,50

12,50-13,50

C	GUERRA , JOSE ANTONIO	N-60	SANCHEZ GERMAIN, ANDRES	N-60	GRUPO C
	DE LA CUESTA , SUSANA	N-60	CLAVERO PEREZ LOLA	N-60	
	LASO CUESTA CRISTINA	N-60	CARBONERO ROMAN, JULIO	N-60-80	

13,00-13,50

13,00-13,50

D	GARCIA BAZAN, ALBA	N 60-80	SANZ SANZ, LUCIA	N-80
	GUERRA HERRERO, MARINA	N-60-80	CUBILLO FRAILE, MACARENA	N-80
	LOPEZ DE RODRIGO, JAVIER	N-80	CASTELL HERRERA, ANA	N-90

DESCANSO- COMIDA

13,50- 16,00

16.00-17,00

16,00-17,00

16,00-17,00

E	SANCHEZ LUGAN, ANASTASIA	N-90	MARTIN DE LA FUENTE MARIA	N-90	GRUPO D
	MACHO PAREJA MANUEL	N-90	SANCHEZ JARA MARIA	N-90	
	HERNANDEZ, SABINO	N-90	CLAVERO PEREZ LUCIA	N-90-100	

17,00-18.00

GRUPO
E

PLAN DE TECNIFICACION DE CCE 2020

PROGRAMACION

DIA 19 DOMINGO

HORARIO

DOMA		CROSS
PISTA 1 A. A,SANCHEZ	PISTA 2 B. B.BARTOLOME	KONSTANTIN

1	LUENGO MURCIA, JAIME	9.00		9.20
2	REQUEJO FERNANDEZ, SMITHA	9.15		9.35
3	MARTIN GALINDO, DANIEL	9.30		9.50
4	LOPEZ DE RODRIGO, ANGELA		9.00	10.00
5	MUÑOZ GONZALEZ CARLOTA		9.15	10.10
6	MARTIN RODRIGUEZ MIGUEL		9.30	10.20
7	LOPEZ MARTIN, HANNAH	10.00		10.30
8	SANZ BOLILLO, CARLOS	10,15		10.40
9	RIBO HORTELANO, MARIA	10.30		10.50
10	LEZCANO MARTIN MARIA		10.20	11.00
11	GONZALEZ MARTINEZ, PATRICIA		10.35	11.10
12	PANIAGUA MARTIN, LUMA		10.50	11.20
13	GUERRA RAMIREZ, JOSE ANTONIO	10.50		11.30
14	DE LA CUESTA RODRIGUEZ, SUSANA	11.05		11.40
15	LASO CUESTA CRISTINA	11.20		11.50
16	SANCHEZ GERMAIN, ANDRES		11.20	12.00
17	CLAVERO PEREZ LOLA		11.35	12.10
18	CARBONERO ROMAN, JULIO		11.50	12.20
19	GARCIA BAZAN, ALBA	11.50		12.30
20	GUERRA HERRERO, MARINA	12.05		12.40
21	LOPEZ DE RODRIGO, JAVIER	12.20		12.50
22	SANZ SANZ, LUCIA		12.20	13.00
23	CUBILLO FRAILE, MACARENA		12.35	13.10
24	CASTELL HERRERA, ANA		12.50	13.20
25	SANCHEZ LUGAN, ANASTASIA	13.00		13.30
26	MACHO PAREJA MANUEL	13.15		13.40
27	HERNANDEZ HERNANDEZ, SABINO	13.30		13.50
28	MARTIN DE LA FUENTE MARIA		13.30	14.00
29	SANCHEZ JARA MARIA		13.45	14.10
30	CLAVERO PEREZ LUCIA		14.00	14.20

Cada participante contará con 15 min. Para la doma . A la hora asignada entrará en pista tras el calentamiento
 Hará la reprise correspondiente, siendo esta valorada por el Juez / entrenador. Al finalizar se hará un análisis donde se tratarán de identificar los puntos fuertes y débiles y se les darán pautas para su mejora,
 , pudiéndose repetir aquellos ejercicios donde más errores comenta.
 A continuación y a la hora fijada, pasará al cross, donde ejecutará un recorrido determinado, y el técnico procederá de forma similar a lo expresado para la doma. Contará para ello de un tiempo estimado de 10 min.