



El Comité Olímpico Mexicano  
en Coordinación con el Instituto Sinaloense del Deporte y  
la Asociación Estatal de Voleibol de Sinaloa

## **CONVOCAN**

A todos los entrenadores, estudiantes de las diferentes escuelas de educación física y público en general.

Al seminario "EL DESARROLLO DEL DEPORTISTA A LARGO PLAZO".

## **BASES**

- 1- Lugar y fecha: Se llevará a cabo los días 27 y 28 de enero de 2018 en la Ciudad de Culiacán, Sinaloa. En instalaciones por definir.
- 2- Inscripciones: Serán de manera gratuita, en la siguiente dirección de correo electrónico [illich\\_86@hotmail.com](mailto:illich_86@hotmail.com) y/o al teléfono (044) 668 111 0506 con atención del Prof. Bryan Miranda.
- 3- Participantes: Podrán participar entrenadores e interesados de todo el Estado.
- 4- Horarios: Sábado de 8:30 hrs. a 19:00 hrs.  
Domingo de 9:00 hrs. a 3:00 hrs.
- 5- Gastos: Corren por cuenta de cada participante.
- 6- Material necesario: Llevar computadora y/o en que tomar nota.



- 7- Reconocimiento: Se otorgará reconocimiento de participación emitido por el Comité Olímpico Mexicano.
- 8- Temas del curso
- I- El modelo tradicional de entrenamiento.
  - II- Alfabetización física-deportiva.
  - III- La especialización deportiva.
  - IV- La edad cronológica vs la edad biológica.
  - V- Deporte Seguro (Comité Olímpico U.S.A)
  - VI- Entrenabilidad.
  - VII- Habilidades básicas.
  - VIII- La excelencia toma tiempo.
  - IX- La competencia
  - X- Las 7 etapas del desarrollo de deporte a largo plazo (Long Term Athlete Development - LTAD)
  - XI- Sistema alineado y la integración en el deporte.
  - XII- Mejora continua.

Nota: al término del curso el participante conocerá acerca del desarrollo a largo plazo y entrenamiento de un deportista en cualquier edad de su vida.

ATTE.

LIC. CARLOS PADILLA BECERRA  
PRESIDENTE  
COMITÉ OLÍMPICO MEXICANO

LIC. PAOLA MONCAYO LEYVA  
DIRECTORA GENERAL  
INSTITUTO SINALOENSE DEL DEPORTE