



# Federación Andaluza Deportes de Invierno

C/ Arabial nº117, 1ºF  
18.004 - GRANADA  
Telf.: 958-52 12 45  
Fax: 958-53 57 67

[www.fadi.es](http://www.fadi.es)  
[www.fadiandalucia.com](http://www.fadiandalucia.com)  
[secretariageneral@fadi.es](mailto:secretariageneral@fadi.es)

Estimados amigos:

Por la presente, os informamos de la próxima actividad de entrenamiento que llevará a cabo el CETD Alpino Infantil de esta Federación, así como los deportistas convocados:

Entrenamiento en nieve: 9 al 19 de Octubre.

Lugar: Saas Fee (Suiza).

Deportistas convocados:

Rocío Moreno (Club Caja Granada).

Gina Fernández (Club Monachil Sierra Nevada).

Leticia Romero (Club Monachil Sierra Nevada).

Ignacio Rodríguez (Club Caja Granada).

Objetivos:

1º) Estilo natural-individual con versatilidad de respuestas.

2º) Objetivos técnico-tácticos individuales.

Contenidos:

30% en pista libre:

Esquí Libre: Estilo natural-individual de esquí.

Esquí Libre dirigido: Trabajo individual/Preparación física con esquís.

10% en trazados educativos:

Desarrollo de capacidades técnicas, tácticas y físicas para el SL, GS y SG con medios variados.

60% en trazados específicos.

Entrenamiento con referencias para la mejora de la temporización del gesto.

Atentamente,

**Olmo Hernán**

**Director Técnico CETDI**

**Federación Andaluza Deportes Invierno**

[dt@fadi.es](mailto:dt@fadi.es)