



**Federación Nacional de Natación, Clavados, Polo Acuático y  
Nado Sincronizado de Guatemala**  
**Informe Técnico Mensual Profesores**

FOR-4-DT-INFO

### Información general.

**Nombre:** LUIS ARNOLDO BENAVENTE **Departamento:** GUATEMALA  
**Piscina:** Olímpica Zona 4  
**Horarios:** 05:00 a 06:00  07:00 a 08:00  09:00 a 10:00  10:00 a 11:00   
14:00 a 15:00  15:00 a 16:00  16:00 a 17:00  17:00 a 18:00   
**Días de trabajo:** lunes  martes  miércoles  jueves  viernes  sábado   
**ENERO:** enero de 2024

### Información Específica.

**Objetivo general:** Tratar de recuperar la capacidad Aérobica perdida por el descanso de fin de año, nadando tramos largos de 400, 800 y 1000 Metros Aéreobicos, para volver a recuperar la resistencia que ya tenían, esto sería en el periodo de la preparación General en el primer Mesociclo en el mes de enero.

**Objetivos específicos:** Tratar de mantener los gestos técnicos con trabajo de boleo y juego.

**Mesociclo 1:** Elija. **Modulo:** Elija. **Número de clases planificadas:** 20

**Clases efectivas:** 16

**Factores que no permitieron cumplir con lo planificado:**

Por factores de estudio, clima, e implementos deportivos, (ligas y pelotas Medicinales) los atletas no pudieron cumplir con lo planificado al 100 Ciento.

### Asistencias.

Adjuntar al informe.

### Capacitaciones.

**Recibió alguna capacitación:** No

**Sí su respuesta fue sí, especifique:**

**Lugar:** Haga clic aquí para escribir texto.

**Fecha:** Haga clic aquí para escribir una fecha.

**Entidad organizadora:** Haga clic aquí para escribir texto.

Comentarios: Haga clic aquí para escribir texto.

**El Cuerpo técnico en la disciplina de polo acuático solicitamos se nos pueda proporcionar implementos deportivos para poder cumplir al 100 ciento con lo planificado en el Mesociclo del plan de entrenamiento, (ligas para trabajar fuerza especial en el agua, y balones medicinales.)**

  
Firma de Profesor  
**LUIS BENAVENTE**

**Vo. Bo. Miembro de Comité Ejecutivo**

  
**Vo.Bo. Director Técnico**

  
FEDERACION COLOMBIANA DE POLO ACUATICO Y WATER POLO  
DIRECCION TECNICA  
C.A.





\*\* Toda lesión o enfermedad de atletas, deben de ser justificados con certificado médico de la Dirección de Servicios para la Competitividad

JUSTIFICACION DE INASISTENCIAS ( E.L. )

No.	Nombre	Documento Adjunto
1		
2		
3		
4		

**OBSERVACIONES:** NO se pudo Cumplir con el 100 por ciento de lo planificado en el Mesociclo por cuestiones de estudios Clima y Falta de Implementos

Deportivos, ligas y pelotas Medicinales, se cumplio el 90 por ciento.

NOTA: El entrenador sera responsable del control, de reportar justificaciones de inasistencias a los entrenamientos.

LUIS BENAVENTE

Nombre del Entrenador



Firma del Entrenador



Vo.Bo. Dirección Técnica