

Análisis Técnico del Talento

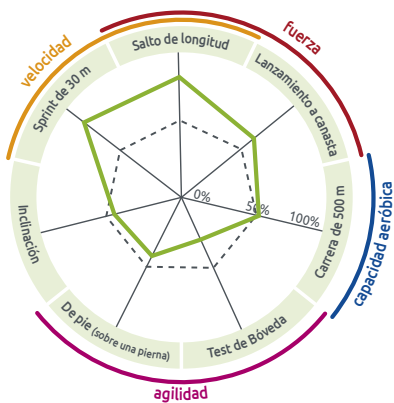
ALFONSO ANTONIO FERNÁNDEZ

Edad: 7 años | Lugar: ALICANTE | fecha: 4. 3. 2017

Disciplina	Rendimiento	Competencia	Evaluación <small>% de Superación (misma edad y sexo)</small>
1. Medición de Altura	125 cm	Altura	<input type="checkbox"/> bajo(a) <input checked="" type="checkbox"/> medio(a) <input type="checkbox"/> alto(a)
2. Flag Game	1 punto	Visión de juego	<input checked="" type="checkbox"/> baja <input type="checkbox"/> media <input type="checkbox"/> alta
3. Sprint de 30 m	6.6 s	Velocidad	76 %
4. Salto de longitud	130 cm	Potencia	83 %
5. Lanzamiento a canasta	3.3 m	Fuerza	69 %
6. Carrera de 500 m	2 min 50 s	Capacidad aeróbica	53 %
7. Test de Bóveda	44 s	Coordinación	27 %
8. De pie (sobre una pierna)	4 s	Equilibrio	42 %
9. Inclinación	1 cm	Flexibilidad	44 %

Evaluación individual

— Resultados de su hijo/a
 --- Media de los resultados de los participantes de la misma edad y sexo



Habilidad dominante

- Velocidad**
- Fuerza**
- Resistencia**
- Coordinación**

Habilidades tácticas

- bajas**
- medias**
- altas**

Consejos de entrenamiento

Flexibilidad: Estiramientos

La flexibilidad de los músculos y articulaciones reduce el riesgo de lesiones. El estiramiento es el modo idóneo para este entrenamiento.

Velocidad: Juegos y carreras de relevos

A los niños les gusta todo tipo de carreras y relevos. Es apropiado incluir ejercicios de destreza (rodar, girar, saltar) o correr en varias posiciones (correr hacia atrás, etc.) La carrera debe durar un máximo de 10s.

Gracias a nuestros colaboradores por su apoyo