



REAL FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE ESGRIMA

CONCENTRACIÓN PFCAR MAYO 2026
SABLE MASCULINO Y FEMENINO

SLAM INTERNATIONAL SCHOOL

MAYO 2026



Contenido

1.	Concentración.....	3
2.	Inscripción.....	4
3.	Alojamiento	5
4.	Estructura.....	6

1. Concentración

Con motivo de continuar con el desarrollo del Programa de Formación Continua en Alto Rendimiento enfocado en este momento en la preparación de los campeonatos de España de menores de 17 años y menores de 13 y 15 años, se ha programado la concentración de mayo de 2026, desde el día 1 hasta el 3 de mayo y que tendrá lugar en:

**Avda. Venecia, s/n
Vegas de Matute
40424 Segovia**

La selección de tiradores se realizará de acuerdo con los sistemas descritos en el punto 2 de este documento.

Los tiradores extranjeros con licencia nacional podrán participar en la concentración.

Los entrenamientos se realizarán por la mañana y por la tarde; los **horarios** elegidos para el desarrollo de las actividades se detallan en el **punto 4 de este documento**.

Dependiendo de la planificación, estos horarios podrán modificarse. En todo caso, si estos cambios influyesen en la llegada, se avisaría con suficiente antelación.

Los entrenadores responsables de dirigir la concentración serán **Rafael López Hidalgo y Andrés Hernández**, quienes contarán con entrenadores que colaborarán en el desarrollo del plan de actividades.

Los objetivos del entrenamiento en la concentración están dirigidos a:

Objetivos	
Preparación física	Trabajo de acondicionamiento de Resistencia /fuerza explosiva
Desplazamientos	Acciones de centro de pista y acción ofensivas medias Gestualidad de acciones 2ª intención
Arma	Protocolos de acciones de centro de pista Introducción de 2ª intención centro de pista
Asaltos	Efectividad e1 al 8 determinación de acciones en la finalización de asaltos

2. Inscripción

Tiradores seleccionados para la concentración:

Como en años anteriores, aprovechamos las fechas vacacionales para realizar una **concentración abierta de M15 a Absolutos**.

Los entrenamientos se distribuirán en contenidos orientados a cada una de las categorías, compartiendo entre todos los niveles los espacios de trabajo, con el fin de perseguir el objetivo común, de mejora del nivel deportivo.

Todas las inscripciones deberán confirmarse a través de la herramienta de Skermo de la RFEF en el archivo que corresponda:

- CONCENTRACIÓN PFCAR SABLE MAYO ESPAÑOLES
- CONCENTRACIÓN PFCAR SABLE MAYO EXTRANJEROS

El desplazamiento será por cuenta de los interesados.

El coste de la inscripción para la concentración será:

- De 50 euros para tiradores españoles
- De 75 euros para tiradores extranjeros con licencia nacional

Los pagos se realizarán en la cuenta bancaria ES69 2100 0600 8602 0268 2414:

- Para tiradores españoles: la inscripción de 50 + la pensión completa de 175 = 225 euros.
- Para tiradores extranjeros con licencia nacional: la inscripción de 75 euros + la pensión completa de 175 euros = 250 euros.

3. Alojamiento

El alojamiento y la alimentación se realizarán en las instalaciones del SLAM International School, situadas en la calle Venecia s/n, 40424, urbanización Vegas de Matute, Segovia.

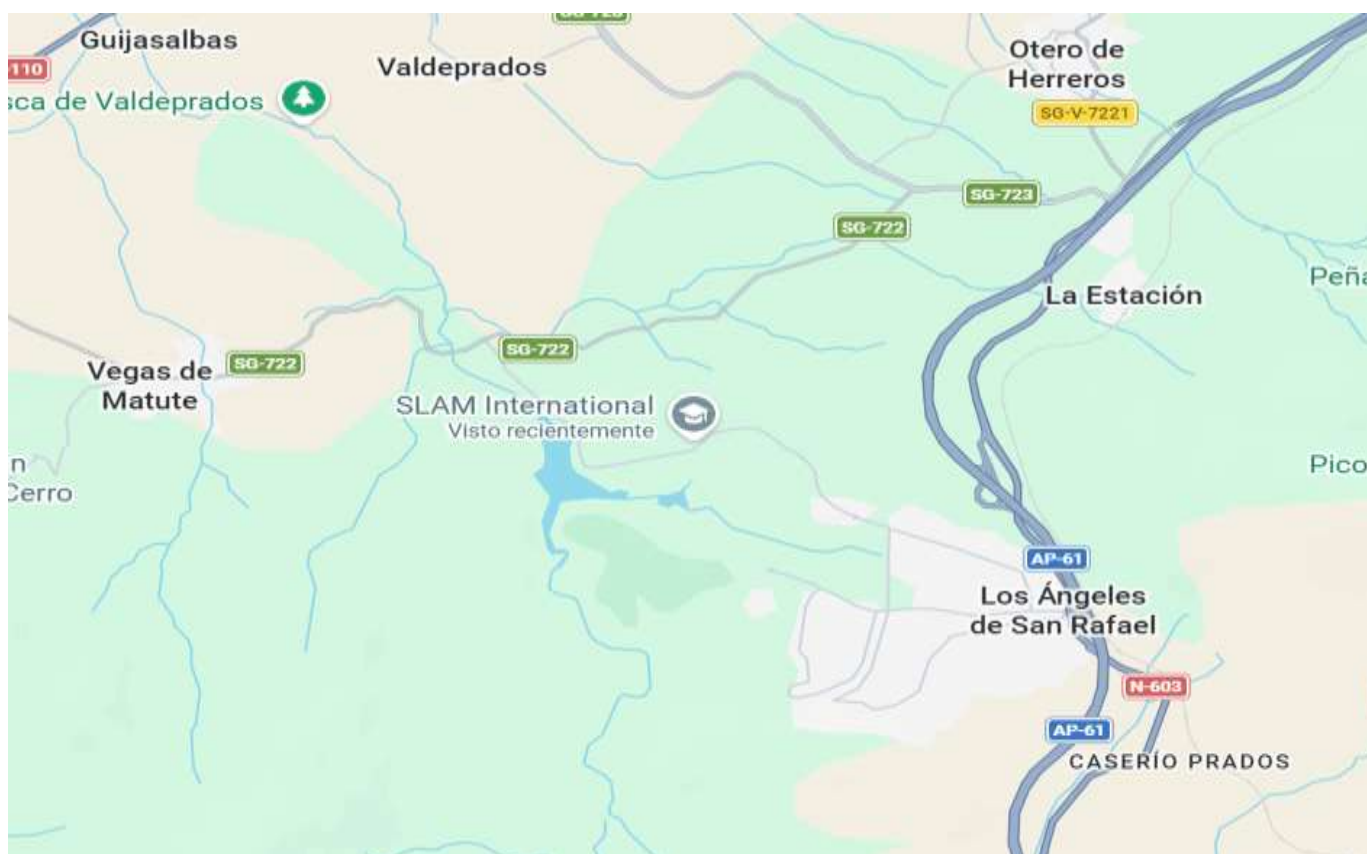
El precio total de la pensión completa, del día 1 al 3, será de 175.





Transporte desde Madrid:

- Transporte público desde Madrid (Moncloa) autobuses AVANZA línea Madrid-Segovia, bajarse en la parada de Los Ángeles de San Rafael y allí pueden ser recogidos por un servicio de transporte de la organización.



4. Estructura

**sujeto a posibles modificaciones por criterios técnicos*

	VIERNES 1	SABADO 2	DOMINGO 3
8:00		Desayuno	Desayuno
8:30		Preparación Física: Actividad en montaña	Preparación Física: Carrera en montaña
9:00		Preparación Física: Actividad en montaña	Preparación física: Fuerza explosiva
9:30		Preparación Física: Actividad en montaña	Preparación física: Fuerza explosiva
10:00		Desplazamientos:	Desplazamientos:
10:30		Objetivo: acciones centro de pista /ataques medios	Objetivo: acciones centro de pista /ataques medios
11:00		Objetivo: acciones centro de pista /ataques medios	Arma: Obje. 2ª Intención centro de pista
11:30		Arma: Protocolo de acciones de pista.	Arma: Obje. 2ª Intención centro de pista
12:00	Recepción de deportistas	Arma: Protocolo de acciones de pista.	Poules: 5-3 tocados. E/D
12:30	Presentación C. Técnico y estructura	Asaltos: en 5 metros	Poules: 5-3 tocados. E/D
13:00	Preparación Física	Asaltos: en 5 metros	Encuentros por equipos
13:30	Calentamiento y acondicionamiento general.	Asaltos: Poules por nivel/categoría	Encuentros por equipos
14:00	Desplazamientos: Corrección y acci. Combinadas	Asaltos: Poules por nivel/categoría	Encuentros por equipos
14:30	Comida	Comida	Piscina
15:00	Descanso	Descanso	Comida
15:30	Descanso	Descanso	Despedida de deportistas
16:00	Preparación Física	Visualización de videos	
16:30	Circuito de velocidad gestual de pies y explosividad	Charla técnico/táctica	
17:00	Calentamiento y acondicionamiento general.	Desplazamientos: por estímulos con el oponente	
17:30	Desplazamientos: Corrección y acci. Combinadas	Desplazamientos: por estímulos con el oponente	
18:00	Desplazamientos: Ejercicios de coordinación.	Poules: x nivel a 8 tocados	
18:30	Arma: Trabajo técnico general. Comb. Desplaza.	Poules: x nivel a 8 tocados	
19:00	Asaltos:	Tablón de E/D	
19:30	Por tiempo de 5 minutos	Tablón de E/D	
20:00	Por tiempo de 5 minutos	Piscina	
20:30	Acomodamiento en el hotel	Piscina	
21:00	Cena	Cena	
	Horario	Entrenamientos:	
	Desayuno 8:00 h	Viernes 12:00 a 14:30 y 16:00 a 20:00 horas	
	Comida 14:30 h/Domingo 15:00 h	Sábado 8:30 a 14:30 y 16:00 a 21:00 horas	
	Cena 21:00 h	Domingo 8:30 a 15:00 horas	