

Cronograma de Actividades de la Temporada 2014

Deportista: Ángela Tenorio Categoría. Juvenil Especialidad: 100 metros y 200 metros planos. Entrenador: Lic. Nelson Gutiérrez Pérez.

Competencias Fundamentales. Juegos Nacionales Juveniles, Campeonato Mundial Juvenil, Campeonato Iberoamericano

Actividad	Días	Alimentación	Alojamiento	Pasaje	Hidratación	Total
1 - Campamento de entrenamiento Carpuela-Ibarra fecha del 20 de enero al 22 de febrero del 2014	10	3 persona x 3.00 x 3 comidas x 10días = \$270.00	Gratis	7.00 x3 personas 2 = \$42.00	5.00 x 3 personas x 10 días =150.00	270.00 42.00 150.00 \$472.00
Campamento en los Estados Unidos del 15 de junio 27 de junio al 7 de Julio 2014	10	3 personas x 75.00 diarios x 10 días = \$2250.00	80.00 x10días x 3 personas = \$2400.00	800 x3= \$2.400.00	5.00 x 3 x10 = 150.00 Imprevisto \$1000.00	\$2250.00 2400.00 2400.00 150.00 1000.00 \$8200.00
4 - IIAF Campeonato Mundial Juvenil 2014 del 8 al 28 de julio. UNITED STATES	20	3 personas x 75.00 diarios x 20 días = \$4500.00	80.00 x20días x 3 personas = \$4800.00	800 x3= \$2.400.00	5.00 x 3 x20 = 150.00 Imprevisto \$1000.00	\$4500.00 4800.00 2400.00 1000.00 \$12.700.00
5 - Campamento de entrenamiento Guadalajara 15 de agosto al 15 de septiembre 2014	30	3 personas por E 75.00 diarios x 30 días = E 6750.00	100.00 x 30 días x 3 personas = E 9000.00	2000.00 personas = \$ 6000.00	E 5.00 x 30 días x 3 = 450.00 Imprevisto E 2000.00	6750.00 9.000.00 6000.00 450.00 2000.00 \$24.200.00

Necesidades Medicinas: Valor \$2500.00 de suplementos.(proteínas, aminoácidos, multivitaminas, Creatina).

Implementos de entrenamiento. Valor \$2000.00 (paracaídas -3, elásticos - 6, mancuernas - 6, chalecos 2, balones medicinales - 10).

Elaborado por: Lic. Nelson Gutiérrez Pérez (Entrenador)

MEDIO FONDO Y FONDO

1.- INTEGRANTES: Los deportistas de fondo y medio fondo que actualmente se encuentran considerados dentro del programa de alto rendimiento son:

Nº	DEPORTISTAS	PRUEBA	SEDE	CUERPO TÉCNICO	APOYO
1 2	Miguel Almachi Rosa Chacha	Maraton Maraton	Quito	Edison Conlago Freddy Vivanco	Dr. Oscar Concha, o Dr. Oscar Vizuet Psicologo:..... Nutricionista:..... Fisioterapista:.....
3 4	Byron Piedra Wilson Matute	10.000 m. 10.000 m.	Cuenca	Rafael Martínez Julio Chuqui	Dr. Vicente Brito, o Dr. San Martin Psicologo: Silvio Crespo Nutricionista:.....? Fisioterapista: M. Avilés

2.- ACTIVIDADES EN ORDEN CRONOLOGICO

MES	FECHAS	ACTIVIDAD	PARTICIPANTES	LUGAR
ENERO		Sin actividades		
FEBRERO	10-15	Campamento	Wilson Matute	Macas
	9	Camp. Nac- Cross	Prejuveniles Juveniles Seniors	Guayaquil
	22 – 23	Selectivo Nac. (ODESUR)	Adultos	Ríos Verde
	23	Camp. Sudameri- Cano de Cross	Prejuveniles Juveniles Seniors	Paraguay
	9	Media Maratón	Byron Piedra	Coamo PR
MARZO	23	Word Best 10 k	Byron Piedra	Puerto Rico
	1	Camp. Nacional Media Maratón	Adultos	
	16	Juegos ODESUR	Adultos	Chile
	16	Media Maratón	Byron Piedra	New-York-USA
ABRIL	23	Camp. Mundial ½ marato	Adultos	Copenhage-DIN.
	3	Meeting Internacional	Juvenil y Senior	Santiago-Chile
	6	Camp. Sudamericano de Maratón	Adultos	Santiago-Chile

	6	Meeting Internacional	Juvenil y Senior	Santiago-Chile
	20	Mt. Sac Relays	Wilson Matute	Los Angeles CA-USA
MAYO	2	Payton Jordan	Adultos	Palo Alto CA-USA
	9	Torneo Brigido Iriarte	Adultos	Venezuela
	11	Camp. Sud. ½ Maratón	Adultos	Asunción-Paraguay
	14	Gran Premio Caixa	Adultos	Uberlandia-Brasil
	17-18	Selectivos Sud. JJ.OO.JJ	Sub-17	Colombia
	19	Gran Prix Colombiano	Juvenil y Senior	Cartagena
	26	Boulder-Boulder 10 k.	Adultos	Colorado - USA
	31	Gran Prix Colombiano	Juvenil y Senior	Medellín
JUNIO	5	Gran prix Peruano	Prejuv- y Juvenil	Barranco
	7	Gran Prix Peruano	Prejuv. Y Juvenil	Lima
	22	Gran Prix Argentino	Juevenil y Senior	Argentina
	26	Gran Prix Argentino	Juvenil y Senior	Argentina
JULIO	22-27	Camp. Mundial de At.	Juvenil	Eugene – USA
	26	½ Maratón de Bogotá	Byron Piedra	Bogotá-Colombia
AGOSTO	1-3	Camp. Iberoamericano	Adultos	Sao Paulo-Brasil
	8	Camp. Sud. Milla	Adultos	Belén – Brasil
	10	Gran Premio Brasil	Adultos	Belén – Brasil
	13 - 16	Camp. Panamericano	Adultos	USA
	21-26	II Juegos de la Juventud	Sub-17	Nanjing-China
SEPTIEMBRE	7	½ Maratón de Medellín	Adultos	Medellín-Colombia
	4-13	Juegos Esc de la Juventud	12-14 años	Brasil
	13-14	Copa Continental de AT.	Adultos	Marruecos
		Camp. Sudamericano AT.	Menores	La Paz-Bolivia

	28	Maratón de Berlín	Adultos	Berlín-Alemania
OCTUBRE	3 – 5	Cap. Sudamericano AT.	Sub_23	San Luis-Argentina
	5	Maratón de Chicago	Adultos	Chicago – USA
	9 – 12	Trofeo Brasileiro de AT.	Adultos	Sao Paulo-Brasil
	26	10 k. Bucaramanga	Adultos	Bucaramanga-Col.
NOVIEMBRE	6 - 15	Juegos Esc. de Juventud	15 – 17 años	Brasil
DICIEMBRE	31	Sao Silvestre 15 k.	Adultos	Sao Paulo Brasil

3.- CAMPAMENTOS:

WILSON MAUTTE I CAMPAMENTO CAR-MACAS						
DÍAS	FECHA	APOYO	DETALLE	CANT.	VALOR UNIT.	VALOR TOTAL
8	10-17 Febrero	3 personas	Rentar un Vehículo (transporte)	8	60	480,00
total						480,00

WILSON MAUTTE II CAMPAMENTO CAR-CARPUELA						
DÍAS	FECHA	APOYO	DETALLE	CANT.	VALOR UNIT.	VALOR TOTAL
18	23- Agos 05-Sept.	4 personas	Trans. Aéreo	4	100	400,00
			T. Terrestre	4	30	120,00
total						520,00

WILSON MAUTTE III CAMPAMENTO MEDELLÍN						
DÍAS	FECHA	APOYO	DETALLE	CANT.	VALOR UNIT.	VALOR TOTAL
13	13-25 Octubre	3 personas	Pasajes Aereos	3	600	1.800,00
			Hospedaje y Alimentación	13	200	2.600,00
			Renta de auto	13	-	1.200,00
total						6.640,00

BYRON PIEDRA I CAMPAMENTO EN DOJHA (QATAR), O KENYA						
DÍAS	FECHA	APOYO	DETALLE	CANT.	VALOR UNIT.	VALOR TOTAL
21	22 Feb- 15 marzo	3 personas	Pasajes Aereos	3	2.500	7.500,00
			Hospedaje y Alimentación	21	250(Hab. Triple)	5.250,00
			Renta de auto	21	-	1.200,00
			Hidratación	21	40	840,00
total						\$ 14.790,00

BYRON PIEDRA II CAMPAMENTO EN ESTADOS UNIDOS						
DÍAS	FECHA	APOYO	DETALLE	CANT.	VALOR UNIT.	VALOR TOTAL
15	8-22 JUNIO	4 personas	Pasajes Aéreos	4	1.200	4.800,00
			Hospedaje y Alimentación	15	250	3.750,00
			Renta de auto	15	-	1.200,00
			Hidratación	15	40	600,00
total						\$ 10.350,00

BYRON PIEDRA III CAMPAMENTO EN EUROPA						
DÍAS	FECHA	APOYO	DETALLE	CANT.	VALOR UNIT.	VALOR TOTAL
24	04 -28 julio	4 personas	Pasajes Aereos	4	2.500	10.000,00
			Hospedaje y Alimentación	24	250	6.000,00
			Renta de auto	24	-	1.200,00
			Hidratación	24	40	960,00
total						18.8160,00

BYRON PIEDRA IV CAMPAMENTO MEDELLÍN-COLOMBIA						
DÍAS	FECHA	APOYO	DETALLE	CANT.	VALOR UNIT.	VALOR TOTAL
15	8 – 22 Nov.	4 personas	Pasajes Aereos	4	500	2.000,00
			Hospedaje y Alimentación	15	100	1.500,00
			Renta de auto	15	-	600,00
			Hidratación	15	30	450,00
total						4.550,00

**REQUERIMIENTOS Y NESECIDADES PARA EL DESARROLLO DEL PLAN DE
ENTRENAMIENTO DURANTE EL AÑO 2014**

Campamento de Entrenamiento Carpuela del 12 de Enero al 2 de Febrero

Preparación para los Juegos Sudamericanos de Santiago – Chile Marzo 2014

DENOMINACION	PARTICIPANTES	DURACION	DETALLES DE GASTOS	VALORES TOTALES
Campamento de Entrenamiento en Carpuela del 12 de enero al 2 de febrero	ANDREA CALDERON, Atleta del Proyecto de Alto Rendimiento.	22 Días	Alimentación de 6 personas 9 dólares diarios	1188
	Denisse Vargas, Jhoel Lazo, Alexandra Cevallos y Cesar Quiñonez		Hidratación 6 personas 2 dólares diarios	264
	TNLGO. CARLOS ESPAÑA FRANCIS		Transporte 25 dólares 6 persona	150
			Bono 15 dólares diarios para un deportista y un entrenador	660
			Ayudas ergo génicas y vitaminizacion	200
Sub Total				2462

**Estancia de Entrenamiento en Rioverde – Esmeraldas del 9 de Febrero al 10 de
Marzo Preparación para los Juegos Sudamericanos de Santiago – Chile de
Marzo 2014**

DENOMINACION	PARTICIPANTES	DURACION	DETALLE DE GASTOS	VALORES TOTALES	
Estancia de Entrenamiento en el Centro de Entrenamiento para el Alto Rendimiento de Rioverde – Esmeraldas 23 de Febrero al 10 de Marzo.	ANDREA CALDERON, Atleta del Proyecto de Alto Rendimiento. Denisse Vargas, Jhoel Lazo, Alexandra Cevallos y Cesar Quiñonez TNLGO. CARLOS ESPAÑA FRANCIS	16 Días	Movilización		
			Pasajes hasta el sitio de Estancia.	12 dólares x 6 personas	1152
			Alimentación de 6 personas	9 dólares diarios	864
			Hidratación	2 dólares x 6 personas	264
			Bono de 15 dólares diarios para 1 atletas y 1 entrenador		660
			Vitaminizacion	200	
Sub Total				3140	

**COMPETENCIA DE EVALUACION EN BUENOS AIRES ARGENTINA DEL 14 AL 17
DE FEBRERO PREPARACION PARA LOS JUEGOS SUDAMERICANOS DE
SANTIAGO – CHILE MARZO 2014**

DENOMINACION	PARTICIPANTES	DURACION DEL EVENTO	DETALLE DE GASTOS	VALORES TOTALES
COMPETENCIA DE EVALUACION EN BUENOS AIRES – ARGENTINA DEL 14 AL 17 DE FEBRERO DEL 2014	Andrea Calderón, Denisse Vargas, Tnlgo. Carlos España Nota: La Deportista Denisse Vargas no pertenece al Plan de Alto Rendimiento.	4 Días	Pasajes para 3 personas 600 dólares c/u Hospedaje y Alimentación para 3 personas 50 dólares c/u por 4 días Movilización Interna Bono para dos personas 30 dólares diarios por 4 días	1800 600 150 240
Sub Total				2790

Documento elaborado por:

**TNLGO. CARLOS ESPAÑA FRANCIS
ENTRENADOR NIVEL V IAAF
REG 17714**

**REQUERIMIENTOS Y NECESIDADES PARA EL DESARROLLO DEL PLAN DE
ENTERNAMIENTO DURANTE EL AÑO 201**

**Campamento de Entrenamiento Carpuela del 6 de Enero al 8 de Febrero
Preparación para los Juegos Sudamericanos de Santiago – Chile Marzo 2014**

DENOMINACION	PARTICIPANTES	DURACION	DETALLES DE GASTOS	VALORES TOTALES
Campamento de Entrenamiento en Carpuela del 6 de enero al 8 de febrero	Alejandro Chala, Lucy Jaramillo, Erika Chávez, Atletas del Proyecto de Alto Rendimiento. Luis Escobar, John Tamayo, Carlos Tabara Prof. Celso Cortes	34 Días	Alimentación de 7 personas 9 dólares diarios	2142
			Hidratación 7 personas 2 dólares diarios	490
			Transporte 30 dólares 7 persona	210
			Bono 15 dólares diarios para tres deportistas y un entrenador	2100
			Ayudas ergo	

			génicas y vitaminización	200
Sub Total				5142

**Estancia de Entrenamiento en Rioverde – Esmeraldas del 9 de Febrero al 10 de
Marzo Preparación para los Juegos Sudamericanos de Santiago – Chile de
Marzo 2014**

DENOMINACION	PARTICIPANTES	DURACION	DETALLE DE GASTOS	VALORES TOTALES
Estancia de Entrenamiento en el Centro de Entrenamiento para el Alto Rendimiento de Rioverde – Esmeraldas del 10 de Febrero al 10 de Marzo.	Alejandro Chala, Lucy Jaramillo, Erika Chávez, Atletas del Proyecto de Alto Rendimiento.	29 Días	Movilización Pasajes hasta el sitio de Estancia. 20 dólares x 7 personas	140
	Luis Escobar, John Tamayo, Carlos Tabara		Alimentación de 7 personas 9 dólares diarios	1827
	Prof. Celso Cortes		Hidratación 2 dólares x 7 personas	406
			Bono de 15 dólares diarios para tres	

			atletas y un entrenador	1740
			Vitaminizacion	200
Sub Total				4313

**COMPETENCIA DE EVALUACION EN BUENOS AIRES ARGENTINA DEL 14 AL 17
DE FEBRERO PREPARACION PARA LOS JUEGOS SUDAMERICANOS DE
SANTIAGO – CHILE MARZO 2014**

DENOMINACION	PARTICIPANTES	DURACION DEL EVENTO	DETALLE DE GASTOS	VALORES TOTALES
COMPETENCIA DE EVALUACION EN BUENOS AIRES – ARGENTINA DEL 14 AL 17 DE FEBRERO DEL 2014	Alejandro Chala , Erika Chávez, Luis Escobar, John Tamayo Prof. Celso Cortes	4 Días	Pasajes para 5 personas 600 dólares c/u	3000
	Nota: son dos Deportistas del Plan de Alto Rendimiento.		Hospedaje y Alimentación para 5 personas 50 dólares c/u por 4 días	1000
			Movilización Interna	150

			Bono para tres personas 30 dólares diarios por 4 días	360
Sub Total				4510

Documento elaborado por:

Prof. CELSO CORTES CASTILLO
ENTRENADOR IAAF
NIVEL V DE LA ACADEMIA

PROGRAMACION DE MARCHA ANUAL 2014

PARTICIPANTES:

ENTRENADORES:

1. LCDO. LUIS CHOCHO SANMARTIN (COORDINADOR)
2. LCDO. GUILLERMO GONZALES.
3. LCDO. JUAN CHOCHO SANMARTIN.
4. LCDA. MIRIAM RAMON DURAN
5. PROF. MANUEL ORTIZ FAJARDO.
6. LCDO. BAYRO SAQUIPAY.

ATLETAS:

1. ING. ANDRES CHOCHO LEON
2. SR. MAURICIO ARTEAGA SANCHES
3. SRTA. PAOLA PEREZ SAQUIPAY
4. SR. DANIEL PINTADO ALVAREZ
5. SR. JONNATAN CACERES CABRERA
6. SRTA. YADIRA GUAMAN
7. SR. ROLANDO SAQUIPAY PAÑI.

COMPETENCIAS OFICIALES AÑO 2014

1. COPA SUDAMERICANA DE MARCHA
2. JUEGOS SUDAMERICANOS ODESUR 2014.

3. COPA MUNDO DE MARCHA.
4. CAMPEONATO MUNDIAL DE ATLETISMO JUVENIL.
5. CAMPEONATO IBEROAMERICANO DE ATLETISMO.
6. II JUEGOS OLIMPICOS DE LA JUVENTUD.

CAMPAMENTOS COMPETENCIAS DEL AÑO 2014

1. CAMPEONATO SUDAMERICANO DE MARCHA, COCHABAMBA, BOLIVIA, FEBRERO 2014.

Para este evento cada deportista del GAR se preparará en su respectiva provincia, por lo tanto no se realizará ningún campamento.

2. **JUEGOS SUDAMERICANOS ODESUR 2014. SANTIAGO – CHILE, marzo 2014.-** Para estos Juegos Odesur el área de marcha no realizara ningún campamento, previo a este evento cada atleta se preparara indistintamente en su provincia.
3. **COPA MUNDO DE MARCHA. CHINA. Mayo 2014.-** Para la participación de la Copa Mundo de marcha se arribara seis días antes previo al evento, en vista del uso horario.

El equipo se asentará en Font Romeo – Francia, Suiza o España. Desde el 28 de marzo al 27 de abril del presente año, además se participará de las siguientes pruebas, con excepción del Sr. Mauricio Arteaga que únicamente realizará el campamento sin ninguna prueba previa.

COMPETENCIAS PREPARATORIAS:

2.1.- GRAN PREMIO DE MARCHA, RIO MAYOR – PORTUGAL 05 DE ABRIL 2014.-

Atletas a competir:

- a.- ING. ANDRES CHOCHO LEON
- b.- SRTA. PAOLA PEREZ SAQUIPAY
- c.- SR. ROLANDO SAQUIPAY PAÑI
- d.- SR. DANIEL PINTADO ALVAREZ
- e.- SRTA. YADIRA GUAMAN
- f.- SR. JONNATAN CACERES CABRERA
- g.- SRTA. KARLA JARAMILLO
- h.- SR. FRANCO CHOCHO VERA
- i.- SR. JAVIER MORENO

Entrenadores:

- a.- LCDO. LUIS CHOCHO SANMARTIN
- b.- LCDO. JUAN CHOCHO SANMARTIN
- c.- PROF. MANUEL ORTIZ FAJARDO
- d.- LCDO. BAYRO SAQUIPAY
- e.- LCDO. LUIS GONZALES
- f.- LCDO. FREDY VIVANCO
- g.- GIOVAN DELGADO (ENT. KARLA JARAMILLO)

2.2.- GRAN PREMIO DE MARCHA, REPUBLICA CHECA, 12 DE ABRIL 2014.-

Atletas a competir:

- a.- ING. ANDRES CHOCHO LEON
- b.- SRTA. PAOLA PEREZ SAQUIPAY
- c.- SR. DANIEL PINTADO ALVAREZ
- d.- SR. JONNATAN CACERES CABRERA

e.- SR. FRANCO CHOCHO VERA

Entrenadores:

a.- LCDO. LUIS CHOCHO SANMARTIN

b.- LCDO. JUAN CHOCHO SANMARTIN

2.3.- GRAN PREMIO DE MARCHA, LA CORUÑA – ESPAÑA 31 MAYO - 2014.-

Atletas a competir:

a.- ING. ANDRES CHOCHO LEON

b.- SRTA. PAOLA PEREZ SAQUIPAY

c.- SR. DANIEL PINTADO ALVAREZ

d.- SR. JONNATAN CACERES CABRERA

e.- SR. FRANCO CHOCHO VERA

f.- SR. ROLANDO SAQUIPAY

g.- SRTA. YADIRA GUAMAN

h.- SRTA. JHANETH GUAMAN

i.- SR. MAURICIO ARTEAGA.

Entrenadores:

a.- LCDO. LUIS CHOCHO SANMARTIN

b.- LCDO. JUAN CHOCHO SANMARTIN

c.- LCDO. LUIS GONZALES

d.- BAYRO SAQUIPAY.

e.- MANUEL ORTIZ FAJARDO.

4. CAMPEONATO MUNDIAL DE ATLETISMO JUVENIL, USA, JULIO 2014.- Para este evento el equipo nacional estarán contemplados por las marcas bases establecidas por la IAAF. Se recomienda incluir directamente en el equipo a los atletas Srta. Karla Jaramillo y Sr. Daniel Pintado por sus resultados del 2013.

5. CAMPEONATO IBEROAMERICANO DE ATLETISMO. SAO PAULO – BRASIL, AGOSTO 2014.- Para este evento el equipo nacional se dividirá de la siguiente manera, los atletas Andrés Chocho León y Paola Pérez Saquipay entrenarán en Estados Unidos o México con la finalidad de que el deportista Andrés Chocho y Paola Pérez colaboren con la evolución del los deportistas juveniles Bryan Pintado y Karla Jaramillo, previo a su participación en el Campeonato Mundial Juvenil de Atletismo.

El resto de la delegación que califique para el Iberoamericano su Campamento lo realizara en Arequipa – Perú. Desde el 13 al 31 de Julio del presente año.

6. II JUEGOS OLIMPICOS DE LA JUVENTUD. CHINA.- Para este evento el equipo nacional estará conformado por la atleta Karla Jaramillo.

7. CAMPEONATO NACIONAL DE ESTADOS UNIDOS. 15 DE SEPTIEMBRE 2014. Para este evento estará conformado por los atletas Senior.

Atletas a competir:

a.- ING. ANDRES CHOCHO LEON

b.- SRTA. PAOLA PEREZ SAQUIPAY

c.- SR. JONNATAN CACERES CABRERA

d.- SR. FRANCO CHOCHO VERA

e.- SR. ROLANDO SAQUIPAY

f.- SRTA. YADIRA GUAMAN

g.- SRTA. JHANETH GUAMAM

h.- SR. MAURICIO ARTEAGA.

Entrenadores:

- a.- LCDO. LUIS CHOCHO SANMARTIN
- b.- LCDO. JUAN CHOCHO SANMARTIN
- c.- LCDO. LUIS GONZALES
- d.- BAYRO SAQUIPAY.
- e.- MANUEL ORTIZ FAJARDO.

- 8. TROFEO BRASIL 9 AL 12 OCTUBRE 2014.-** Para este evento el equipo nacional estarán contemplados los siguientes deportistas.

- a.- ING. ANDRES CHOCHO LEON
- b.- SRTA. PAOLA PEREZ SAQUIPAY
- c.- SR. JONNATAN CACERES CABRERA
- d.- SR. FRANCO CHOCHO VERA
- e.- SR. ROLANDO SAQUIPAY
- f.- SRTA. YADIRA GUAMAN
- g.- SRTA. JHANETH GUAMAM
- h.- SR. MAURICIO ARTEAGA.

Entrenadores:

- a.- LCDO. LUIS CHOCHO SANMARTIN
- b.- LCDO. JUAN CHOCHO SANMARTIN
- c.- LCDO. LUIS GONZALES
- d.- BAYRO SAQUIPAY.
- e.- MANUEL ORTIZ FAJARDO.

- 9.** Por último el área de marcha realizara un Campamento de altura en el Cajas desde el 01 al 30 de Noviembre del presente año. Aquí se concentrarán todos los atletas del GAR.