



## ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE POWERLIFTING (AEP)

Antonio Machado 43 (2-2), 08788 Vilanova del Camí (Barcelona)

Web:[www.powerhispania.net](http://www.powerhispania.net), e-mail:[powerhispania@gmail.com](mailto:powerhispania@gmail.com)

Facebook:[Powerlifting-España](#), Twitter & Instagram:[powerhispania](#)

### INFORME del COMITÉ de ENTRENADORES

En la Asamblea General Ordinaria celebrada durante el pasado campeonato de España de Powerlifting, en Salamanca, a 31 de marzo de 2017, se aprobó la creación del *Comité de Entrenadores* de la Asociación Española de Powerlifting, para el cual fui elegido como presidente.

La tarea inicial que se encomendó a este Comité no es otra que crear los cursos de entrenadores AEP, en sus diferentes niveles, pero si bien consideramos que eso es lo más urgente, no por ello debemos restringir la labor del comité exclusivamente a ello y, aunque vayamos poco a poco, consideramos que sus funciones pueden ser alguna más. Para ello hemos elaborado un documento con las **Funciones del Comité de Entrenadores AEP**, que presentamos a la asamblea para su aprobación.

De cara a trabajar en el **Curso de Entrenadores**, a finales de julio del 2017 se envió un correo a los clubes afiliados para ver quiénes estaban interesados en colaborar en su desarrollo, así como en otras de las funciones que en un futuro próximo puedan llevarse a cabo. La idea de este Comité es que nuestro curso refleje de algún modo la forma de trabajar y concebir el Powerlifting de los afiliados a la AEP, y no solo la del Presidente de este Comité, por lo que con los ofrecimientos que recibimos, y con las personas que han considerado aceptables las condiciones de colaboración que hemos propuesto, este es el equipo que se va a encargar de la elaboración de los temarios:

- **Historia:** origen y evolución del powerlifting en el mundo y en España/AEP.
  - \* Lucio Doncel. Club CrossFit DB. Presidente del Comité
- **Reglamento:** conceptos básicos y aplicación en competición
  - \* Eduardo Prada. Club Gimnasio CROM. Juez internacional IPF II
- **Técnica de los levantamientos:** enseñanza y entrenamiento de la técnica en powerlifting.
  - \* Jorge González. Club Gimnasio CROM. Diplomado en magisterio, especialidad educación física. Levantador internacional. Plusmarquista nacional.



## ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE POWERLIFTING (AEP)

Antonio Machado 43 (2-2), 08788 Vilanova del Camí (Barcelona)

Web:[www.powerhispania.net](http://www.powerhispania.net), e-mail:[powerhispania@gmail.com](mailto:powerhispania@gmail.com)

Facebook:[Powerlifting-España](#), Twitter & Instagram:[powerhispania](#)

### INFORME del COMITÉ de ENTRENADORES

#### - Asistencia al levantador en competición

- \* Sámer Kichi. Agrupación Deportiva Siderópolis. Juez internacional IPF II.

#### - Entrenamiento para iniciarse en competición

- \* Jorge Pérez. Club Bersekers. Diplomado en magisterio, especialidad educación física. Máster en psicomotricidad. Levantador internacional. Plusmarquista nacional.

#### - Nociones básicas en nutrición

- \* Francisco Gutiérrez. Club Deportivo FG Power Alhaurín. Entrenador de powerlifting IPF.

#### - La importancia del "juego limpio"

- \* Eduardo Prada y Francisco Gutiérrez

#### Coordinación del curso: Lucio Doncel

Queremos tener listo este trabajo para el primer trimestre del año 2018, para poder proceder a la convocatoria del **I Curso de Entrenador de Powerlifting AEP, nivel I**, durante el segundo trimestre de 2018. Todos los detalles del curso, así como otras actividades que se vayan llevando a cabo, serán oportunamente anunciados en la sección del Comité de Entrenadores del sitio web de la AEP [www.powerhispania.net](http://www.powerhispania.net)

Tanto los miembros de la Junta Directiva de la AEP que han podido ver ya los trabajos terminados, como yo en calidad de Presidente del Comité, estamos muy satisfechos de la calidad de los textos preparados por los compañeros que se ofrecieron a ello. Confiamos en que cubran las expectativas de todos los que se matriculen en el curso y, sobre todo, les resulten de utilidad.

Y, aunque la calidad de los trabajos hechos es mucha, es necesario resaltar que la gran apuesta de este curso de entrenador nivel 1 de la AEP está en las clases presenciales que se impartirán durante la celebración del mismo. Estamos convencidos que ahí es donde se va a encontrar la gran diferencia entre nuestro



## **ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE POWERLIFTING (AEP)**

Antonio Machado 43 (2-2), 08788 Vilanova del Camí (Barcelona)

Web:[www.powerhispania.net](http://www.powerhispania.net), e-mail:[powerhispania@gmail.com](mailto:powerhispania@gmail.com)

Facebook:[Powerlifting-España](https://www.facebook.com/Powerlifting-España), Twitter & Instagram:[powerhispania](https://www.instagram.com/powerhispania)

### **INFORME del COMITÉ de ENTRENADORES**

curso y otros que puedan impartirse en diferentes escuelas. El conocimiento y la experiencia de la gente que las va a impartir nos permiten estar plenamente seguros de ello.

En estos momentos nos encontramos ultimando todos los detalles logísticos del curso (lugar donde se celebrará, instalaciones, costos, etc.), por lo que en breve procederemos a la convocatoria del mismo.

La idea inicial es que la primera edición se celebre en Madrid, debido a que el desplazamiento es más sencillo para un mayor número de gente, pero eso no es óbice para que, en caso de existir un grupo suficientemente numeroso, pudiese celebrarse en otras sedes.

Muy pronto daremos a conocer todos los detalles.

***Lucio Doncel Recas***

Presidente del Comité de Entrenadores AEP

