



**PROGRAMA RFHE ELITES DOMA CLASICA 2015**  
**CDI 3\* Club Campo Villa de Madrid**  
**IX Festival Doma Clásica Villa de Madrid, Mayo 2015 (MADRID)**

**Programa ELITE DOMA 2015.**

Tal y como establece la Planificación Oficial de la RFHE para la disciplina de Doma Clásica este año 2015, con motivo del próximo **IX Festival Doma Clásica** y **CDI 3\* Club de Campo Villa de Madrid**, a celebrarse en el Club de Campo Villa De Madrid del 20 al 24 de Mayo de 2015, tendrán lugar actividades del Programa ELITES DOMA 2015 en las categorías MENORES y ADULTOS.

A partir del Jueves 21 por la mañana, y hasta el domingo 24 de Mayo, los técnicos de la RFHE estarán en las instalaciones del Club de Campo Villa de Madrid para realizar el apoyo y seguimiento técnico a los jinetes y amazonas participantes.

Todos los participantes incluidos en los listados de las ELITES DOMA 2015, tendrán acceso en entrenamiento y competición, a la ayuda de los técnicos que la RFHE va a desplazar con ese motivo a Madrid:

**MENORES**

- **Nicky Barret** (Asesor Técnico RFHE): Apoyo Técnico entrenadores / Entrenamiento precompetitivo
- **Luis Lucio** (Director Técnico Nacional): Seguimiento Técnico.

**ADULTOS**

- **Rafael Soto** (Asesor Técnico RFHE): Apoyo Técnico binomios / Entrenamiento precompetitivo.
- **Luis Lucio** (Director Técnico Nacional): Seguimiento Técnico.

Paralelamente y en el ámbito de contenidos complementarios al rendimiento deportivo **para todas las categorías**, se desplazarán a Madrid los técnicos:

- **Francesc Corbi** (Staff Técnico RFHE): Preparación Físico-Condiciona l y Apoyo integral al jinete
- **Alex Gordillo** (Staff Técnico RFHE): Preparación Psicológica y Procesos de aprendizaje.
- **Gaspar Castelyns** (Veterinario Oficial RFHE): Seguimiento y selección binomios.

Allí desarrollarán a lo largo de la jornada **del Sábado 23 de Mayo de 2015**, el siguiente Programa de actividades y horarios en el salón de actos que se acondicionará a tal efecto en las instalaciones del Club de Campo Villa de Madrid:

**Sábado 23 de Mayo de 2015**

**MAÑANA:**

**9.30 -11.30 h. EL PLAN DE COMPETICIÓN Y DE POSTCOMPETICIÓN**

En esta sesión teórica, se analizarán todos los aspectos que deberá tener en cuenta el jinete a la hora de preparar la competición:

- - Organización general del día de la competición.
- - Gestión y organización del tiempo.
- - Calentamiento general y específico.

**REAL FEDERACION HIPICA ESPAÑOLA**

**Luis Lucio**

Director Técnico Doma

Dressage Technical Director





- - Habilidades psicológicas aplicadas a la competición.
- - Organización gestión de la post-competición.

### **12.30 -14.00 h. TALLER de PROPUESTAS PRÁCTICAS**

En esta segunda parte, se propondrán ejemplos prácticos que permitan al jinete aplicar los conceptos teóricos analizados en la sesión teórica anterior:

- Rutinas de calentamiento y enfriamiento.
- Pautas para acelerar la recuperación post-competición.
- Ejemplos de rutinas para reducir la ansiedad precompetitiva.
- Ejercicios de Reequilibración.
- Taller de Bio Feed-back

### **TARDE:**

### **16.00 -18.00 h. EL PLAN DE COMPETICIÓN Y POSTCOMPETICIÓN (Repetición)**

En esta sesión teórica, se analizarán todos los aspectos que deberá tener en cuenta el jinete a la hora de preparar la competición:

- - Organización general del día de la competición.
- - Gestión y organización del tiempo.
- - Calentamiento general y específico.
- - Habilidades psicológicas aplicadas a la competición.
- - Organización gestión de la post-competición.

### **18.30 -20.00 h. TALLER de PROPUESTAS PRÁCTICAS (Repetición)**

En esta segunda parte, se propondrán ejemplos prácticos que permitan al jinete aplicar los conceptos teóricos analizados en la sesión teórica anterior:

- Rutinas de calentamiento y enfriamiento.
- Pautas para acelerar la recuperación post-competición.
- Ejemplos de rutinas para reducir la ansiedad precompetitiva.
- Ejercicios de Reequilibración.
- Taller de Bio Feed-back

Tal y como muestran los horarios, los **bloques de contenidos se repetirán en jornadas de mañana y tarde** para facilitar el mayor acceso posible a los mismos de todos los jinetes y amazonas incluidos en los listados ELITES DOMA 2015 de **todas las categorías.**

Asimismo, **Gaspar Castelyns**, como Veterinario Oficial Doma de la RFHE, hará un seguimiento de los binomios participantes como toma de contacto con los mismos a la hora de los procesos de selección para 2015.

