

**2ª Actividad Especialidad: Altura PRONATREN 2024 2025**

Actividad: **Altura**  
 Fecha: domingo, 13 de abril de 2025 Hora: 11:00 Lugar: Larrabide  
 Objetivo: Sesión teórica - practica: Batida y franqueo  
 Técnico: José Miguel Martínez

Dentro de las jornadas técnicas y de preparación del programa de rendimiento deportivo PRONATREN a propuesta del técnico especialista, la FNAF convoca a los siguientes atletas y sus entrenadores personales: Imprescindible tener tramitada la licencia Estándar o Plus por la FNAF para la temporada correspondiente en el plazo de confirmación. Los atletas con licencia escolar deberán tramitar la licencia federada para participar en la actividad.

Selección Definitiva									
Atleta	Tipo	Licencia	Año Nacimiento	Categoría	Género	Club	Confirma	Entrenador	
Oihane Apestequia Gay	Estándar	NA-419	2010	Sub-16	Femenino	Grupompleo Pamplona At	Sí	Marisa Marcotegui	
Julia Lopez De Dicastillo Arroqui	Estándar	NA-416	2010	Sub-16	Femenino	Grupompleo Pamplona At	Sí	Marisa Marcotegui	
Paula Goñi Iriarte	Estándar	NA-438	2011	Sub-16	Femenino	Grupompleo Pamplona At	Sí	Marisa Marcotegui	
Mencia Dominguez Florido	Estándar	NA-3787537	2011	Sub-16	Femenino	Valdizarbe-GANA	Sí	Jose Miguel Martínez Romero	
Sofia Martínez Montiel	Estándar	NA-3693695	2011	Sub-16	Femenino	Ederki-Caja Rural	Sí	Fernando Unzu Alonso	
Mary Okunrobo Osaro	Estándar	NA-335	2009	Sub-18	Femenino	Valdizarbe-GANA	Sí	Jose Miguel Martínez Romero	
Julene Sanzol Urrea	Estándar	NA-396	2009	Sub-18	Femenino	Grupompleo Pamplona At	Sí	Urko Azpilicueta	
Sofia Malumbres Navascues	Estándar	NA-250	2009	Sub-18	Femenino	Ruizca - Ribera Atletico	Sí	Ivan Muñoz Mostazo	
Orlando Esparza Gomez	Estándar	NA-189	2008	Sub-18	Masculino	CA San Adrian	Sí	Julián León	
Daniel Fernandez Amezcua	Estándar	NA-616183	2008	Sub-18	Masculino	Grupompleo Pamplona At	Sí	Marisa Marcotegui	
Asier Alvarez Latorre	Estándar	NA-311	2009	Sub-18	Masculino	Hiru-Herri	Sí	Igor Soto Aldaz	
Ada Fedior	Estándar	NA-524	2008	Sub-18	Masculino	Atletico Iranzu	Sí	Koldo Solchaga Los Arcos	
Paula Maestre Monreal	Estándar	NA-451	2010	Sub-16	Femenino	Deportiva Tafalla	No	Pablo Bolea Goñi	
June Soto Ibarrola	Estándar	NA-3676822	2010	Sub-16	Femenino	Hiru-Herri	No	Igor Soto Aldaz	
Leyre Santesteban Lopez	Estándar	NA-3806181	2010	Sub-16	Femenino	CA San Adrian	No	Julián León	
Aaron Hernández Gil	Escolar	EN2631	2011	Sub-16	Masculino	At. Barañain	No	Alberto Lázaro Ciaurriz	
Ainhoa Diaz Jaso	Estándar	NA-16091	2008	Sub-18	Femenino	Deportiva Tafalla	No	Pablo Bolea Goñi	
Elena Sanchez De Muniaín Zudaire	Estándar	NA-531	2008	Sub-18	Femenino	Grupompleo Pamplona At	No	Marisa Marcotegui	
Lara Sanz De Acedo Mosen	Estándar	NA-365	2009	Sub-18	Femenino	Atletico Iranzu	No	Koldo Solchaga Los Arcos	
Sebastian Lucas Wojsik Pasiut	Estándar	NA-368	2008	Sub-18	Masculino	Hiru-Herri	No	Igor Soto Aldaz	
Aitor Tirapu Uterga	Estándar	NA-570	2009	Sub-18	Masculino	At. Ardoi	No	Sara Urtañan Romera	
Guillermo Sanz Barral	Estándar	NA-490	2010	Sub-16	Masculino	Ruizca - Ribera Atletico	Baja justificada	Ivan Muñoz Mostazo	
Total atletas:	22					Clubes:	11	Entrenadores:	2

**Confirmación**

Obligatorio que todos los participantes (atletas y entrenadores) confirmen asistencia antes del **martes, 8 de abril de 2025** a través del siguiente formulario. Asimismo, se invita a cualquier atleta y/o entrenador interesado en este sector a solicitar su participación en esta actividad a través del mismo formulario en el mismo plazo. También es obligatorio justificar las bajas enviando un correo electrónico a [direcciondeportiva@fnaf.es](mailto:direcciondeportiva@fnaf.es) indicando las razones permitidas según el programa PRONATREN (páginas 6 y 14). El plan y la selección definitiva con atletas confirmados, no confirmados y bajas será publicada el **jueves, 10 de abril** con la actualización de la presente circular.

Propuesta del plan de trabajo			
Día	Horario	Actividad	Contenidos a desarrollar
domingo 13	11:00	Recepción	Bienvenida y presentación a los participantes por parte del técnico especialista
		Calentamiento	Charla teórica repaso actividad anterior y explicación sobre batida y franqueo (sala multiusos)
		Técnica 3 últimos apoyos	Técnica de brazos en la batida y tres últimos apoyos
		Batidas y franqueos con cajones	Técnica de batida reactiva -no reactiva asimilación personalizada
		Salto competos	Franqueos técnica de caída para evitar lesiones
		Vuelta a la calma	Transformación de la velocidad horizontal en vertical teórico - práctico
		Fin de la actividad	Despedida y recogida

Visto Bueno: Director Deportivo  
 En Pamplona, a viernes, 11 de abril de 2025

**Cláusula de género**  
 La Federación Navarra de Atletismo (FNA) garantiza la igualdad efectiva de hombres y mujeres como uno de sus principios básicos de actuación. A tal fin, las menciones genéricas en masculino que aparecen en el articulado de cualquier documento o Normativa se entenderán referidas también a su correspondiente femenino, salvo aquellos supuestos en que específicamente se haga constar que no lo es así.