



CENTRO DE EXCELENCIA RFEG

Centro Especializado de Alto Rendimiento de Golf

1. ACTIVIDAD:

- **Concentraciones realizadas con FF.TT. (julio 2012-mayo 2013):**

- Andalucía: 1 concentración
- Aragón: 2 concentraciones
- Asturias: 2 concentraciones
- Balears: 2 concentraciones
- Canarias: 2 concentraciones
- Cantabria: 4 concentraciones
- Castilla-León: 2 concentraciones
- Castilla-La Mancha: 2 concentraciones
- Comunidad Valenciana: 2 concentraciones
- Galicia: 1 concentración
- La Rioja: 1 concentración
- Madrid: 2 concentraciones
- Murcia: 1 concentración
- País Vasco: 4 concentraciones

TOTAL: 28

- **Concentraciones programadas con FF.TT. (junio-diciembre 2013):**

- Andalucía: 15-16 y 29-30 junio
- Castilla-La Mancha: 22-23 junio

-Extremadura: julio (a determinar)

-Castilla-León: 9-10 julio

-Asturias: 19-20 octubre

-Aragón: 26-27 octubre

-Canarias: 9-10 y 16-17 noviembre

- **FF.TT. que no han asistido al CdE ni tienen fecha programada:**

-Cataluña

-Navarra

- **Grupo de trabajo de los Comités Amateurs de la RFEG:**

-CTJ: 36 jugadores

-CTAM: 26 jugadores

-CTAF: 25 jugadoras

- **Profesionales:**

-LPGA: Azahara Muñoz, Carlota Ciganda, María Hernández

-LET: Tania Elósegui, Marta Silva, Mireia Prat, Carmen Alonso, María Beutell, Virginia Espejo

-ET: Gonzalo Fdez-Castaño, José M. Lara, Jorge Campillo, Carlos del Moral, Jordi G. del Moral

-CT: Jordi G. Pinto, Pedro Oriol, Adrián Otaegui, Sebastián García, Ignacio Elvira, Manuel Quirós

-AT: Javier Colomo, Carlos Pigem

-ST: Santiago Luna, Miguel A. Martín, José M. Carriles

-PST: Antonio Hortal, Gerard Piris, Borja Etchart

- **Golf Adaptado: 6 jugadores**

*En total han pasado 260 jugadores desde julio de 2012 a mayo de 2013.

2. NUEVOS PROTOCOLOS PARA LA PRÓXIMA TEMPORADA (SEPTIEMBRE 2013-JULIO 2014):

GRUPOS DE TRABAJO COMITÉS FEMENINO Y MASCULINO (pendiente de aprobación):

A partir del 23 de Septiembre se podría empezar a recibir jugadores. La intención es ver a todos los deportistas de los grupos de trabajo antes del 15 de Diciembre.

Para la temporada 2013-2014 recomendamos el siguiente plan de trabajo:

- Los jugadores visitarían el CdE durante 2 días:
 - Podrían llegar a Madrid el primer día por la mañana. Para que no estén muy cansados a causa de madrugar, se podría empezar con la toma de datos entre las 11:00 y 12:00 horas.
 - El segundo día sería trabajo más específico en función de los datos adquiridos del primer día. El objetivo sería comprobar si las recomendaciones que se le hacen al jugador aportan datos más eficientes con los sistemas.
 - De esta forma el jugador se llevaría unas ideas claras de trabajo y contrastadas con los sistemas. Los informes al tener el “antes” y “después” también serían más “potentes”.
 - Los protocolos de “tiempos” se realizarían en el caso de que se apruebe esta forma de trabajo.
 - Para el segundo día recomendaríamos que estuviera su profesor particular así como una breve visita del Tutor (en el caso de que sea de Madrid) para fortalecer relaciones e intercambiar opiniones.

FEDERACIONES TERRITORIALES:

Queremos ofrecer diferentes protocolos para que las federaciones puedan escoger en función de sus necesidades. De esta manera también vamos haciendo cosas diferentes cada año.

- Se seguirán ofreciendo las **concentraciones de 13 y 16 horas** como hasta ahora:
 - Nº de jugadores: 6
 - Nº de días: 2
 - ¿A quién va dirigida? Este diseño de concentración va dirigido a todo tipo de jugadores (edad y nivel). Consiste en una concentración de toma de datos generalizada en todos los aspectos del juego y donde los informes tienen una importancia relevante ya que prácticamente no hay tiempo para trabajar con los jugadores.
- **Concentración de Preparación Física y Juego Corto (NUEVA)**
 - Nº de Jugadores: 4
 - Nº días: 2
 - ¿A quién va dirigida? Este diseño de concentración va dirigido a todo tipo de jugadores (edad y nivel). Se recomienda a aquellos deportistas que su

Federación Territorial haya identificado que el mayor margen de mejora la tienen en el aspecto del juego corto.

- En cuanto al aspecto físico se realizaría los siguientes test:
 - Movilidad
 - Estabilidad
 - Potencia
 - Fuerza

Explicación de ejercicios y tablas de entrenamiento.

- En cuanto al aspecto técnico se realizaría:

Putt:

- Especificaciones del palo
- Visión
- Vídeos
- Sam Putt Lab
- Quintic
- Interpretación de caídas
- Entrenamiento Eficiente (Juegos)

Chip:

- Explicación del golpe.
- Práctica eficiente (juegos)

Approach:

- Vídeos
- Test de Approach
- Control de trayectorias
- Control de distancias (trackman). Matrix Distances.
- Practica eficiente (juegos)

Bunker:

- Lies
- Control de distancias

- Protocolo:

1º Día:

- 9:00 – 11:00: 1ª Rotación:
 - Físico. 2 Jugadores. Movilidad, Estabilidad y Explicación de Ejercicios.
 - Técnica. 2 Jugadores. Putt: Especificaciones del putter, visión, vídeos, sam putt lab y quintic.
- 11:00 – 13:00: 2ª Rotación.
- 13:00 – 14:30: Comida.
- 14:30 – 17:00: Zona Blume.
 - Físico: Realización de Informes
 - Técnica:
 - Test de Approach / Práctica Eficiente (2-3 Juegos). 1 hora.
 - 1ª Rotación 45 min.

- 2 Jugadores. Chip – Bunker. Análisis técnica/ Golpes definidos.
- 2 Jugadores. Chip – Bunker. Practica Eficiente (Juegos –Competiciones)
- 2ª Rotación 45 min.

2º Día:

- 9:00 – 11:00: 1ª Rotación:
 - Físico. 2 Jugadores. Ejercicios y Programa de Entrenamientos.
 - Técnica. 2 Jugadores.
 - 1 Jugador. 1 hora. Matrix de distancias. (Abraham)
 - 1 Jugador. 1 hora. Trabajo de Putt y Video Approach.
- 11:00 – 13:00: 2ª Rotación
- 13:00 – 15:00: Zona Blume:
 - 1ª Rotación: 1 hora. 2 Jugadores:
 - Putt. Interpretación de Caídas.
 - Approach. Control de trayectorias.
 - Bunker. Lies/Control de distancias.
 - Los otros dos jugadores estarán realizando Practica eficiente (juegos –drills) de:
 - Putt-Approach-Bunker-Chip.
 - Se creará un circuito y un pequeño manual con los juegos y ejercicios.
 - 2ª Rotación: 1 hora.
- 15:00 – 16:30: Comida
- 16:30 – 18:00: Hábitos Deportivos. Nivel 2 – Conclusiones y Formulario de Satisfacción.

• Concentración de Preparación Física y Juego Largo (NUEVA)

- Nº de Jugadores: 4
- Nº de días: 2
- ¿A quién va dirigida? Este diseño de concentración va dirigido a jugadores con un hándicap inferior a 5 y al menos 14 años. Se recomienda a aquellos deportistas que su Federación Territorial haya identificado que el mayor margen de mejora la tienen en el aspecto del juego largo.
- En cuanto al aspecto físico se realizarían los siguientes test:
 - Movilidad
 - Estabilidad
 - Potencia
 - Fuerza

Explicación de ejercicios y tablas de entrenamiento.

- En cuanto al aspecto técnico se realizaría:
 - Vídeos 30 frames y alta velocidad. Hierro 6 y Driver
 - Análisis 3D
 - Análisis con Trackman:

- H5-M3 y Driver. “Normal”
 - Fades y draws
- 18 hoyos (modalidades/Juegos)
- Trabajo específico con feedback (3D y GASP)
- Fitting: Trackman.
- Entrenamiento Eficiente.
- Principios de la Rutina Pre-Golpe y Post Golpe
- **Protocolo:**
 - 1º Día:**
 - 9:00 – 11:00: 1ª Rotación:
 - Físico. 2 Jugadores. Movilidad, Estabilidad y Explicación de Ejercicios.
 - Técnica. 2 Jugadores:
 - 1 Jugador: Análisis 3D y Vídeos
 - 1 Jugador: Test de Trackman (combine o diseño propio)
 - 11:00 – 13:00: 2ª Rotación
 - 13:00 – 14:00: Charla Entrenamiento Eficiente. Rutina Pre-Post Golpe
 - 14:00 – 15:30: Comida
 - 15:30 – 17:30: Salida al campo 9 hoyos. Observación de rutinas y técnica. Físico (realización de informes estabilidad y movilidad)
 - 17:30 – 18:30: Test de Potencia – Fuerza
 - 2º Día:**
 - 9:00 – 11:00: Campo 9 hoyos. Reunión con Técnicos.
 - 11:00 – 13:00: 1ª Rotación. 2 Jugadores:
 - Físico: Ejercicios / Programa de Entrenamiento.
 - Técnica:
 - 1 Jugador Fitting
 - 1 Jugador Trabajo Técnico (feedback) Drills.
 - 13:00 – 15:00: 2ª Rotación
 - 15:00 – 16:30 Comida
 - 16:30 – 17:30 Hábitos Deportivos Nivel 2. Conclusiones y Formulario de Satisfacción.

PROFESIONALES:

- Tras la experiencia de este año se seguirá realizando el trabajo de la misma manera, es decir, a la carta. Se está trabajando con el cuestionario DISC para este tipo de jugadores.

3. RFEG GOLFING EXPERIENCE:

En el RFEG Golfing Experience nuestros clientes disfrutarán de una serie de evaluaciones y análisis reservados habitualmente a los mejores jugadores de Europa. El Centro de Excelencia de la RFEG posee la tecnología más avanzada para la “evaluación total” de los jugadores de golf.

En 2013 se estima que el Centro de Excelencia estará dedicado exclusivamente a clientes de alto rendimiento 195 días (de lunes a viernes) sobre los 220 disponibles.

Además 30 de los 40 fines de semana disponibles se dedicarán a concentraciones con Federaciones Territoriales.

Por tanto, tenemos disponibles 10-12 días al año para ofrecer el RFEG Golfing Experience tanto a patrocinadores de la RFEG como a empresas externas.

RFEG GOLFING EXPERIENCE NIVEL I (hdps bajos):

9:00: Bienvenida al cliente por parte de los técnicos en el hall de entrada.

9:00-9:30: Tour por las instalaciones y entrega del “Welcome Pack”.

-Welcome pack:

Bolsa deporte FJ (logo CdE)

Bolsa zapatos FJ (logo CdE)

Polo Titleist FJ Tour (Logo CdE)

Chapa de plata para colgar en la bolsa (Logo CdE)

9:30-9:45: Entrevista y explicación del plan de trabajo. Se le ofrece café, bebidas isotónicas, barritas energéticas, fruta, etc.

9:45-9:50: Cambio de ropa para realizar la evaluación física.

9:50-10:50: Evaluación física: procedimiento sencillo y práctico para amateurs.

10:50-11:00: Cambio de ropa para realizar la evaluación técnica.

11:00-11:15: Descanso con un pequeño snack y bebidas (acquarius, etc)

11:15-12:30: 3D y video análisis.

12:30-13:30: Análisis de putt (Sam PuttLab, Quintic y video)

13:30-14:00: Explicación de los ejercicios físicos.

14:15-16:00: Evaluación de estrategia y toma de decisiones en el campo.

Al cliente se le proporciona una bolsa con sándwich, fruta y bebidas según su gusto.

16:15-17:30: Fitting según las necesidades del cliente (hierros, maderas, driver).

17:30-18:30: Trabajo específico con el cliente según los resultados.

18:30-18:45: Despedida.

-Informes: en un período máximo de 2 días tras la visita

-Pack Post-Visita:

Putt Scotty Cameron: specs personalizadas

Funda Scotty Cameron: personalizada logo CdE

RFEG GOLFING EXPERIENCE NIVEL II (hdps medios/altos):

9:00: Bienvenida al cliente por parte de los técnicos en el hall de entrada.

9:00-9:30: Tour por las instalaciones y entrega del "Welcome Pack".

-Welcome pack:

Bolsa deporte FJ (logo CdE)

Bolsa zapatos FJ (logo CdE)

Polo Titleist FJ Tour (Logo CdE)

Chapa de plata para colgar en la bolsa (Logo CdE)

9:30-9:45: Entrevista y explicación del plan de trabajo. Se le ofrece café, bebidas isotónicas, barritas energéticas, fruta, etc.

9:45-9:50: Cambio de ropa para realizar la evaluación física.

9:50-10:50: Evaluación física: procedimiento sencillo y práctico para amateurs.

10:50-11:00: Cambio de ropa para realizar la evaluación técnica.

11:00-11:15: Descanso con un pequeño snack y bebidas (acquarius, etc)

11:15-11:30: Vídeo análisis.

11:30-12:30: Análisis de putt (Sam PuttLab, Quintic y video)

12:30-13:00: Explicación de los ejercicios físicos.

13:15-15:00: Evaluación de estrategia y toma de decisiones en el campo.

Al cliente se le proporciona una bolsa con sándwich, fruta y bebidas según su gusto.

15:15-16:30: Fitting según las necesidades del cliente (hierros, maderas, driver).

16:30-18:30: Trabajo específico con el cliente según los resultados.

18:30-18:45: Despedida.

-Informes: en un período máximo de 2 días tras la visita se le envían vía email.

-Pack Post-Visita:

Putt Scotty Cameron: specs personalizadas

Funda Scotty Cameron: personalizada logo CdE



Welcome pack + Putter/funda Scotty Cameron