Federación Aragonesa de Balonmano
Paseo San Sebastián nº 3 (cdm Salduba) - 50006 Zaragoza
Tel. 976.56.06.77 | www.farbm.com

CONVOCATORIA SELECCIÓN ARAGONESA

STAGE JUVENIL FEMENINA

DÍA	HORA	INSTALACIÓN
1/11/2025	10:30 H - 20:30 H	Polideportivo María de Huerva
2/11/2025	09:00 – 18:30 H	Stadium Casablanca

CONVOCATORIA

JUGADORES/AS		
	JUGADOR/A	CLUB
1	ADRIANA BOZA	BM LA JOTA
2	PAULA GUERRA	BM LA JOTA
3	LUCIA CALZON	BM LA JOTA
4	AITANA MORENO	BM LA JOTA
5	ALBA CANTERO	BM LA JOTA
6	MARIA MAYOR	BM LA JOTA
7	DANIELA TOBAJAS	BM LA JOTA
8	ARIANA LORENTE	BM LA JOTA
9	NOELIA MORANT	BM LA JOTA
10	VEGA SALO	BM LA JOTA
11	ARANTXA GIMENEZ	BM LA JOTA
12	ANA ZALAYA	BM LA JOTA
13	SOFIA MAIRAL	BM LA JOTA
14	SOFIA PANIAGUA	BM LA JOTA
15	SARAH BENITEZ	BM LA JOTA
16	NIEVES ASENSIO	BM TARAZONA
17	PAOLA RAMAS	BM TARAZONA
18	ANGELA CALAVIA	BM TARAZONA
19	ALEJANDRA VILLALVA	BM DOMINICOS
20	AWA TCHENTE	BM DOMINICOS
21	CLAUDIA RODRIGUEZ	BM DOMINICOS
22	LEYRE DIANA BARNA	BM DOMINICOS
23	CARLA DEL CARMEN CONTRERAS	BM DOMINICOS
24	CANDELA GENZOR	BM DOMINICOS
25	PILAR DE ARMA	BM DOMINICOS
26	FILEHIEN MANU	BM DOMINICOS
CUERPO TÉCNICO		
SELECCIONADOR	ALEJANDRO EGEA	
ENTRENADOR	EDUARDO CARRERAS	
ENTRENADOR	ESMERALDA MURILLO	
FISIOTERAPEUTA	MARTA CHACÓN	
ENT. PORTEROS	JULIO RODRIGUEZ DENAMIEL / ALEJANDRO SANZ	
DIRECTO TÉCNICO	JAIME TUQUET HIGUERA	

FEDERACIÓN ARAGONESA DE BALONMANO
iberCaja
IATR
PEUGEOT CARZA
rasán
GOBIERNO DE ARAGON

INFORMACIÓN

- *En caso de no poder acudir, por causa justificada, debe avisar con la mayor antelación a* ***tecnicos@farbm.com.***
- *Los jugadores deberán estar con puntualidad* ***en la hora de convocatoria****.*
- *Todos los jugadores deberán estar en posesión de su* ***licencia deportiva*** *para participar.*
- *Únicamente podrán* ***entrar en el pabellón los jugadores y técnicos convocados en los entrenamientos****. Los partidos del domingo por la tarde serán abiertos al público.*
- *La participación implica consentimiento para la grabación con fines deportivos.*
- *Los jugadores deberán acudir con camiseta blanca, y que no pertenezca a ningún club. Deberán llevar ropa de recambio para toda la actividad, preferiblemente de color blanco o azul, pero siempre sin que pertenezca a ningún club.*
- *No se permitirá el uso del teléfono móvil a los jugadores durante toda la actividad, debiendo permanecer en las mochilas, excepto bajo autorización del cuerpo técnico.*
- *Los jugadores deberán llevar su comida, existiendo también la posibilidad de adquirirla en algún establecimiento de la localidad o el club deportivo.*
- *Se recomienda a los clubes que los jugadores/as convocados guarden descanso deportivo el día previo y, al menos el día posterior al stage.*

Se adjunta planificación PROVISIONAL, que podrá sufrir pequeñas variaciones:

STAGE FARBM 1 NOV - PDM MARÍA DE HUERVA (V2)

HORA	IF	IM	CF	CM	JF	JM	HORA 2
8:30		INICIO		INICIO			8:30
9:00			INICIO	Entrenamiento			9:00
9:30		Calentamiento	Actividad	Entrenamiento			9:30
10:00		Entrenamiento	REGLAS	Entrenamiento			10:00
10:30		Entrenamiento			INICIO	INICIO	10:30
11:00	INICIO	Actividad	Entrenamiento	Actividad			11:00
11:30		PREP. FÍSICA	Entrenamiento	REGLAS	Calentamiento	Actividad	11:30
12:00	Actividad		Entrenamiento		Entrenamiento	PSICOLOGÍA	12:00
12:30	PREP. FÍSICA			Actividad	Entrenamiento		12:30
13:00	Entrenamiento	Comer	Comer	PSICOLOGÍA			13:00
13:30	Entrenamiento	Descanso	Descanso	Comer	Comer	Calentamiento	13:30
14:00	Entrenamiento			Descanso	Descanso	Entrenamiento	14:00
14:30			Actividad			Entrenamiento	14:30
15:00	Comer	Entrenamiento	PSICOLOGÍA				15:00
15:30	Descanso	Entrenamiento		Calentamiento	Actividad	Comer	15:30
16:00		Entrenamiento		Entrenamiento	PSICOLOGÍA	Descanso	16:00
16:30				Entrenamiento			16:30
17:00		CHARLA			Entrenamiento		17:00
17:30		JUGADOR	Calentamiento		Entrenamiento	Actividad	17:30
18:00	CHARLA	FIN	Entrenamiento	FIN	Entrenamiento	NUTRICIÓN	18:00
18:30	JUGADOR		Entrenamiento				18:30
19:00			FIN		Actividad	Entrenamiento	19:00
19:30	Calentamiento				NUTRICIÓN	Entrenamiento	19:30
20:00	Entrenamiento					Entrenamiento	20:00
20:30	Entrenamiento				FIN	FIN	20:30
21:00	FIN						21:00
21:30							21:30
22:00							22:00

STAGE FARBM 2 NOV - Stadium Casablanca							
HORA	IF	IM	CF	CM	JF	JM	HORA 2
9:00					INICIO	INICIO	9:00
9:30					Entrenamiento	Entrenamiento	9:30
10:00					Entrenamiento	Entrenamiento	10:00
10:30	INICIO	INICIO			Entrenamiento	Entrenamiento	10:30
11:00	Entrenamiento	Entrenamiento			ACTIVIDAD		11:00
11:30	Entrenamiento	Entrenamiento	INICIO	INICIO	Modelo juego	ACTIVIDAD	11:30
12:00	Entrenamiento	Entrenamiento				Modelo juego	12:00
12:30	ACTIVIDAD		Entrenamiento	Entrenamiento			12:30
13:00	Modelo juego	ACTIVIDAD	Entrenamiento	Entrenamiento	Comer	Comer	13:00
13:30		Modelo juego	Entrenamiento	Entrenamiento	Descanso	Descanso	13:30
14:00			ACTIVIDAD				14:00
14:30	Comer	Comer	Modelo juego	ACTIVIDAD			14:30
15:00	Descanso	Descanso		Modelo juego	COMPETICIÓN	COMPETICIÓN	15:00
15:30			Comer	Comer			15:30
16:00			Descanso	Descanso			16:00
16:30							16:30
17:00	COMPETICIÓN	COMPETICIÓN					17:00
17:30							17:30
18:00							18:00
18:30			COMPETICIÓN	COMPETICIÓN	FIN	FIN	18:30
19:00							19:00
19:30							19:30
20:00	FIN	FIN	FIN	FIN			20:00
20:30							20:30
21:00							21:00
21:30							21:30
22:00							22:00