

**MINUTA SOBREFE LA REUNION ADIENL CON ENTRENADORES
RETOS Y OPORTUNIDADES DE DESARROLLO PARA EL EQUIPO NL**

Fecha: 12 de junio del 2019

Lugar: Salón de Eventos del Deportivo Alpino Chipinque

Coaches asistentes:	Miembros Consejo ADIENL asistentes:	
Ana González Palomo Marcela Rodríguez Leal Fernanda Muttio Ana Cecilia Cantú Andrea Silva Anita Gold Tamez Michele Cantú Maria Elena García Laura Peña Guerra Denisse Jaramillo Gabriela Juárez Daniela Mora Mariana Martínez Marijose Cavazos Carla Cavazos Marcela Villarreal Cecilia Rivera Hector Saldaña Gabriela Placeres Marel Flores Ileana Garza	Hannia Huerta Marcela Mejía Brenda Lara Marcela Martínez Silvia Garza Greta Guerrero Ruth Ortiz Yessica Gómez Alejandra Fuentes	Presidente Secretario Comisario Vocal Alpino Vocal Ice Complex Vocal Alpino Vocal Alpino Vocal Ice Complex Vocal Ice Complex

ORDEN DEL DIA

1. **Resumen de la Situación Actual del equipo Nuevo León.**
2. **Análisis de causas del descenso del nivel reflejado en resultados nacionales.**
3. **Generación de propuestas de solución**

1. Resumen de la Situación Actual del equipo Nuevo León.

El Consejo de ADIENL expuso a los asistentes a la reunión los aspectos que considera describen la situación actual del equipo de patinaje artístico sobre hielo de NL. Se mencionaron los siguiente:

- Percepción de una disminución del nivel competitivo del equipo de NL frente a otros estados en competencias nacionales.
- Falta de Unión en los miembros de diferentes pistas y niveles.
- Los padres de familia (y los patinadores) desconocen los requerimientos de entrenamiento necesarios para lograr estar en niveles competitivos. Expresan expectativas sin comprometer el trabajo necesario.

Los entrenadores asistentes coincidieron en estos puntos, agregando además algunos otros como: la falta de jueces representantes del estado, la falta de disponibilidad de tiempos y facilidades de impartir sus clases en algunas pistas debido a políticas en las mismas.

2. Análisis de causas del descenso del nivel reflejado en resultados nacionales.

Posteriormente, se les solicitó hacer un breve análisis de los factores que consideran como causantes de la situación actual, llegando a las siguientes conclusiones:

- Falta entrenamiento integral para las patinadoras conforme nivel y diferentes áreas de desarrollo. Desarrollo de habilidades de fuerza, resistencia y expresión artística.
- Falta integración entre pistas y compartir el talento.
- No existe un sistema de recompensas adecuado, motivación y coaching mental para buscar la permanencia y llegar a los niveles de avanzados.
- Falta fomentar la convivencia e integración general para lograr lazos de continuidad.
- No existe un manual general de informativo para padres de familia con los requerimientos para cada nivel en tiempo y entrenamiento.

3. Generación de propuestas de solución

Después de esta exposición de Antecedentes, se procedió a una lluvia de ideas de para crear una propuesta y un plan de acción, llegando a los siguientes acuerdos:

- Desarrollo por parte de los coaches de NL apoyados por la ADIENL, un plan maestro e integral para la formación de atletas, en lugar de solamente patinadores, que abarque todas las necesidades deportivas y emocionales para el logro de metas en objetivos y continuidad.
- El Plan Maestro se elaborará en base al trabajo de los siguientes Comités:
 - Acondicionamiento Físico, Off Ice y Stretch
 - Plan de Entrenamiento por Niveles
 - Expresión Artística
 - Mental Coaching
 - Terapia Física y Nutrición
- Convocar a una junta de padres de familia para explicar los diferentes esquemas deportivos en los que sus hijos pueden participar del deporte: recreativo o competitivo. Solicitar su definición y apoyo para elegir el esquema que más les convenga de acuerdo a sus objetivos y expectativas.
- Definición de una Selección Estatal, donde sus miembros serán elegidos en base al compromiso con el Plan Maestro de las tres partes involucradas: Patinador, Coach, y padres de familia.
- La participación en competencias nacionales estará limitado a esta Selección.
- Elaborar un plan de entrenamiento a corto plazo para la Selección Estatal con miras a las próximas competencias nacionales.
- Incluir dentro del plan maestro los siguientes aspectos:
 - Competencias nacionales y en el extranjero para todos los niveles para promover el desarrollo general del equipo.
 - Programas de capacitación para coaches
 - Desarrollo de manuales para NL
 - Exhibición anual con Novicias y Avanzadas para todo público con la finalidad de motivar la permanencia y recaudar fondos para los planes de desarrollo del plan maestro en cuestión.

El Consejo Directivo de ADIENL solicitó a los entrenadores inscribirse en aquellos comités donde creen que pueden hacer una diferencia y aportar lo mejor de su experiencia y talento. De esta manera, los comités quedaron integrados de la siguiente manera:

Acondicionamiento Físico, Off Ice y Stretch

- Mariana Martínez
- Denisse Jaramillo
- Ana Cecilia Cantú
- Héctor Saldaña
- María Elena García
- Cecilia Rivera
- Marcel Villarreal
- Carla Cavazos

- Marijose Cavazos
- Gabriela Juárez
- Daniela Mora
- Gaby Placeres
- Fernanda Muttio
- COORDINA ADIENL: Marcela Mejía
 - √ Desarrollar Atletas antes que patinadores
 - √ Programa de acondicionamiento, off ice y stretch para integrarlo al plan de entrenamiento por niveles y al manual/guía para padres.

Plan de Entrenamiento por niveles

- Gabriela Juárez
- Denisse Jaramillo
- Ana Cecilia Cantú
- Anita Gold
- Héctor Saldaña
- Laura Peña
- Daniela Mora
- Gaby Placeres
- COORDINA ADIENL: Marcela Martínez, Brenda Lara, Alejandra Fuentes

Este Comité trabajará en Dos Temas:

 - √ Crear un Manual de entrenamiento por Nivel: Qué requisitos de habilidades debe tener cada nivel, numero de horas sugeridas de entrenamiento semanal, qué actividades o clases complementarias se sugieren (off ice, acondicionamiento físico, baile, stretch, etc. Etc.) A partir de este manual, cada maestro diseñará un programa específico por alumna con objetivos específicos por nivel.
 - √ Elaborar un plan de entrenamiento de preparación para la Selección Nuevo León, similar al que se seguía para prepararse para la olimpiada nacional.

Terapia Física y Nutrición

- Mariana Martínez
- Ana Cecilia Cantú
- Daniela Mora
- COORDINA ADIENL: Silvia Garza
 - √ Qué tipo de ejercicios se sugieren para prevenir lesiones
 - √ Rutinas de Calentamiento/Enfriamiento
 - √ Programa de revisión/terapia/masaje deportivo (solicitar apoyo INDE)
 - √ Guía básica de nutrición (solicitar apoyo INDE)

Expresión Artística

- Cecilia Rivera
- Laura Peña
- Denisse Jaramillo
- Ana Cecilia Cantú
- Michele Cantú
- Héctor Saldaña
- Maria Elena García
- Carla Cavazos
- Gabriela Juárez
- Daniela Mora
- Abril González
- Anita Gold
- COORDINA ADIENL: Ruth Ortiz
 - √ Buscar profesionales de las disciplinas de danza, coreografía, expresión artística para impartir talleres o seminarios

Mental Coaching

- Mariana Martínez
- Ana Cecilia Cantú
- Héctor Saldaña
- Gabriela Juárez
- Daniela Mora
- Abril González
- Gaby Placeres
- Fernanda Muttio
- COORDINA ADIENL: Greta Guerrero, Rosamartha Backhoff, Claudia Medrano
 - √ Apoyo terapias psicológicas (INDE)
 - √ Pláticas o conferencias motivacionales
 - √ Eventos de integración social entre los miembros de diferentes pistas (Back to school, viajes para ver shows de patinaje, etc)
 - √ Programas de seguimiento personalizado de las avanzadas para niñas pequeñas como “Padrinos” con la finalidad de crear compromiso y permanencia.
 - √ Organización de eventos como concurso de giros, showcase, etc.

Estos Comités trabajarán con dos marcos de tiempo: En el corto plazo en preparar a la Selección Nuevo León para los siguientes compromisos de competencias nacionales, y en mediano/largo plazo para construir el plan maestro de entrenamiento.

Las representantes del Consejo Directivo de ADIENL formarán grupos de Whatsapp para coordinar las reuniones, serán también encargadas de documentar los acuerdos y avances

de dichas reuniones. Los miembros de los Comités se reunirán a la brevedad posible y tantas veces como consideren necesario, para presentar sus avances en la próxima reunión programada el 12 de agosto del 2019.

Tanto los entrenadores como los miembros del Consejo Directivo de ADIENL presentes, reafirmaron su compromiso para trabajar en pro del desarrollo del deporte del patinaje artístico en Nuevo León. Buscar en todo momento crear las condiciones para que nuestros asociados mejoren su desempeño y generar un ambiente positivo para la práctica del deporte.