



INSTRUCCIONES PARA LAS PRUEBAS DE ACCESO

Cuota de inscripción y pruebas de acceso.....90 €

Requisitos de participación (figuran en las bases de convocatoria)

Las solicitudes se entregaran hasta las 19:00 horas del día 7 de Junio de 2010 a las 19:30 horas se publicará la lista provisional de admitidos

Cualquier reclamación de la lista de admitidos a las pruebas se puede hacer en el despacho de la Escuela Madrileña de Entrenadores (mediante escrito dirigido al Director de la Escuela)

Las pruebas se realizarán el día 9 de Junio de 2.010 en las instalaciones de los Campos Ernesto Cotorruelo a las 9:30 horas (Aspirantes preparados a las 9:15 horas con D.N.I.)

Los resultados de las pruebas se colgarán en el tablón de anuncios de la Escuela Madrileña de Entrenadores

Cualquier reclamación sobre los resultados de las pruebas se pueden realizar en un plazo máximo de tres días a la publicación de las listas en escrito dirigido al Director de la Escuela Madrileña de Entrenadores quien las elevará al Tribunal nombrado para el control de las mismas

Las pruebas de acceso físicas se realizarán con equipación y calzado adecuado a las mismas.

VELOCIDAD 50 METROS: En línea recta y en el menor tiempo posible

RESISTENCIA 2.000 mts: En el menor tiempo posible

SALTO VERTICAL: Flexión de piernas y extensión con salto y brazo estirado a tocar lo más alto posible

FLEXIBILIDAD: Descalzo, brazos entre las piernas lo más atrás posible

BALÓN MEDICINAL: Lanzar el balón hacia delante sacándolo por detrás de la cabeza.

Las pruebas de Habilidad Técnica con equipación y calzado adecuado a las mismas.

- a) Pase largo elevado
- b) Conducción con cualquier pie en línea recta
- c) Conducción en zig-zag con cualquier pie
- d) Efectuar tiro a puerta desde fuera del área elevado
- e) Habilidad dinámica con balón elevado
- f) Tiro de precisión con el interior del pie
- g) Control con cualquier parte del cuerpo
- h) Pasar el balón y jugador por debajo y por arriba de las vallas
- i) Tiro a puerta con 3 balones: 1 con la derecha, otro con la izquierda y el último con la pierna que elija el alumno