

# ANEXO I - SOLICITUD, CURRÍCULUM DEPORTIVO Y PRUEBAS DE RENDIMIENTO

Nombre y apellidos: \_\_\_\_\_

Fecha de nacimiento: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

Categoría: ☐ Junior ☐ Sub-23

Teléfono de contacto: \_\_\_\_\_

Correo electrónico: \_\_\_\_\_

## COMPETICIONES DISPUTADAS (ÚLTIMOS 12 MESES)

Indica las principales competiciones en las que has participado en los 12 últimos meses.

| FECHA | PRUEBA | DISTANCIA /<br>FORMATO | PUESTO | TIEMPO /<br>RESULTADO | OBSERVACIONES |
|-------|--------|------------------------|--------|-----------------------|---------------|
|       |        |                        |        |                       |               |
|       |        |                        |        |                       |               |
|       |        |                        |        |                       |               |
|       |        |                        |        |                       |               |
|       |        |                        |        |                       |               |
|       |        |                        |        |                       |               |

## RESULTADOS DESTACADOS

Describe tus logros más relevantes de la temporada (pódiums, clasificaciones nacionales, mejores marcas personales, etc.):

---

---

---

---

TEST DE RENDIMIENTO REALIZADOS

Indica los resultados más recientes obtenidos en las pruebas internos del club.

| PRUEBA                                                                           | FECHA | RESULTADO | OBSERVACIONES |
|----------------------------------------------------------------------------------|-------|-----------|---------------|
| Modelado de potencia / FTP (ciclismo)                                            |       |           |               |
| Test de natación 400 m                                                           |       |           |               |
| Test de natación 200 m                                                           |       |           |               |
| Carrera (test o competición controlada)                                          |       |           |               |
| Otras pruebas o métricas relevantes<br>(VAM, VO <sub>2</sub> max, lactato, etc.) |       |           |               |

EVOLUCIÓN Y OBJETIVOS

Describe brevemente tu evolución en el último ciclo de entrenamiento y los objetivos que te marcas para la próxima temporada:

→ Este documento servirá de base para la valoración técnica del cuerpo técnico.