



## CENTRE DE FORMACIÓ PERMANENT

### CIRCULAR NÚM. 21 – Novembre 2016

Benvolguts/des companys/es:

Volem destacar aquesta vegada la importància dins el nostre esport del col·lectiu arbitral i per tal motiu presentam la publicació d'un llibre relatiu a la preparació física de l'àrbitre d'handbol, dos treballs amb la mateixa temàtica, un de l'històric Ernesto Enríquez i, dins l'apartat d'enllaços, una botiga online de productes interessants pels àrbitres.

Un dels grans treballs sobre aspectes de formació va ser la "Guía Metodològica" del Instituto Municipal de Deportes de Sevilla. En aquesta ocasió trobareu aquí un capítol anomenat *Balonmano Básico*.

Finalment, obrint un nou apartat, sobre "Preparació Física", teniu a la vostra disposició un article de Francisco Seirul·lo.

#### **FORMACIÓ**

- Balonmano Básico. Guía Metodològica IMD Sevilla (AA.VV.)

#### **BIBLIOGRAFIA**

- Manual de entrenamiento físico para un árbitro de balonmano (José Pablo García Junco)

#### **ARBITRATGE**

- La condición física del árbitro de balonmano (Ernesto Enríquez)
- Aspectos básicos de preparación física en el árbitro de balonmano (Alvaro García, Pedro Villar)

#### **PREPARACIÓ FÍSICA**

- Una línea de trabajo distinta (Francisco Seirul·lo)

#### **ENLLAÇOS**

- Silbatos y tarjetas