

Madrid, 22 de febrero de 2023

PLAN DIRIGIDO 2023 – VALLAS CORTAS: MONITORIZACIÓN II

La Real Federación Española de Atletismo, a propuesta del Director Deportivo, organiza la siguiente actividad:

Lugar: León
Alojamiento: Hotel Abad San Antonio
(Altos de Nava s/n, 24008, León)
Fecha: 18 a 21 de mayo
Incorporación: El día 18 a las 20:30 horas
Finalización: El día 21 a las 12:30 horas.

Como se establece en el artículo 44º del Reglamento de Licencias Federativas, para asistir a concentraciones o actividades de ámbito estatal es necesario tener **licencia RFEA en vigor** durante la presente temporada.

CRITERIOS DE CONVOCATORIA

La Dirección Deportiva, a propuesta del Área de Alto Rendimiento, ha considerado como criterio para la convocatoria a la actividad:

- Atletas incluidos en el Plan Dirigido en la especialidad de vallas cortas.
- Rendimiento deportivo y potencial para el ciclo olímpico 2024-2028.
- Atletas con potencial de clasificación para el campeonato del mundo de Budapest 2023 y los JJOO de Paris 2024.

Participar en esta actividad, no influye en las convocatorias de preselección para el Equipo Nacional.

COORDINADOR: MARIN PADILLA, JORGE

TECNICOS RFEA: BARRENECHEA TARTAS, ANA
SOLIS BERNARDO, ANGEL

ENTRENADOR INVITADO: ROCANDIO CILVETI, VALENTIN

ENTRENADORES PERSONALES: BEORINGYAN , FRANÇOIS
BLANQUER ALCANTUD, RAFAEL
CID PARDO, RAMON
FERNANDEZ SEGOVIA, MANUEL
JIMENEZ PEREZ, INES
ORTEGA HECHAVARRIA, ORLANDO
OSES PALACIOS, JUAN ANTONIO
PUIG CAPSIR, ANTONIO

DEPARTAMENTO CIENCIAS DEL DEPORTE DEL CAR DE LEÓN:
CENTENO ESTEBAN, MARIO
GIL ALONSO, ÁLVARO
RUBIO RODRÍGUEZ, VICTOR

FISIOTERAPEUTA: PENA GOMEZ, DOSITEO

ATLETAS CONVOCADOS

BENACH SOLE, XENIA	2000	VALENCIA CLUB ATLETISMO	CATALUNYA
BLANQUER IGLESIAS, PAULA	2003	VALENCIA CLUB ATLETISMO	C. VALENCIANA
ERRANDONEA FDEZ B, TERESA	1994	SUPER AMARA BAT	PAÍS VASCO
PARMO GARCIA, ELBA	1999	FUTBOL CLUB BARCELONA	LA RIOJA
RADSMAGUILAR, AITANA	2002	C.AT.PLAYAS DE CASTELLON	CATALUNYA
VILLALANTE ZALDUENDO, CLAUDIA	2002	FC BARCELONA	PAÍS VASCO
CISNEROS ALBA, DANIEL	1996	ATLETISMO NUMANTINO	MADRID
LLOPIS DOMENECH, ENRIQUE	2000	PLAYAS DE CASTELLON	C. VALENCIANA
MARTINEZ ECHARTE, ASIER	2000	INDEPENDIENTE	NAVARRA
ORTEGA ALEJO, ORLANDO	1991	CAVA-ONTINYENT-STOCKL.	C. VALENCIANA
OSÉS MARTINEZ, CARLOS	1994	C.A. SIURELL - SA SINI	ILLES BALEARS
REVENGA CASTEL, MARIO	2002	C.ATLETICO HINACO MONZON	ARAGÓN
SANCHEZ MORTE, KEVIN	1999	PLAYAS DE CASTELLON	C. VALENCIANA

CONFIRMACIONES

Es requisito para asistir a la actividad que los participantes confirmen previamente su asistencia antes del **27 de febrero a las 14:00** en el formulario correspondiente [ENLACE](#). La **NO CONFIRMACIÓN** a través del enlace, el día y la hora establecidas, no permitirá la participación en la actividad. Además, la **NO** asistencia deberá ser motivada y debidamente justificada por escrito en el propio formulario.

SOLICITUD DE BILLETES PARA LOS VIAJES

Todas las personas que deban realizar algún desplazamiento, de avión o tren, con cargo a esta RFEA, deberán contactar con la Oficina de Viajes en el email atletismo@bcdme.es

La información obligatoria que se ha de indicar es la siguiente: nombre de la actividad, lugar, fecha del viaje de ida y de regreso, nombre completo, DNI, edad y teléfono de contacto.

Los billetes deben solicitarse a la agencia desde el momento de la publicación de la circular y hasta 14 días antes del comienzo de la actividad. Pasado este plazo no estará permitido la emisión de ningún billete, salvo autorización expresa.

LIQUIDACIÓN DE DESPLAZAMIENTOS Y GASTOS DE VIAJE

Se hará de acuerdo con la normativa vigente, recogida en el capítulo Normativas de la Reglamentación, en el apartado 'LIQUIDACIÓN DE DESPLAZAMIENTOS Y GASTOS DE VIAJES', **conforme a las indicaciones que recibirán por correo electrónico** y teniendo en cuenta lo siguiente:

- 1 Los atletas no están autorizados a realizar viajes en automóvil, excepto en circunstancias especiales, previamente autorizadas por esta RFEA.
- 2 El resto de participantes, si realizan el viaje en automóvil, el importe por km está estipulado (conforme a normativa) en 0,19 €.
- 3 No se abonarán peajes de autopistas, ni parking y en ningún caso se abonarán facturas por el alquiler de automóviles.
- 4 Para justificar el desplazamiento en automóvil, podrá presentarse el recibo de gasolina, o de peaje en ruta en el mismo día del viaje.

Para la justificación de los gastos de desplazamiento, se debe utilizar la aplicación **GERSOFT UAPP – NOTAS DE GASTOS**. Para cualquier duda o problema para acceder, se debe contactar con bleal@rfea.es.

Nota importante: Transcurridos 20 días desde la finalización del viaje sin presentar la documentación solicitada, esta RFEA no se hará cargo de los gastos. La RFEA no abonará ningún gasto (billetes de tren, avión, autobús o kilometraje) si no se ha realizado conforme al procedimiento indicado.

Bolsas de viaje

A los técnicos RFEA y personal médico, encuadrados en el grupo 2, se les abonarán tantas bolsas de viaje (sujetas a la retención de IRPF) como noches se pernocte.

Entorno seguro

Los técnicos, oficiales, personal de apoyo o auxiliar, personal médico, voluntarios que participen en esta actividad deben facilitar su certificado negativo de delitos de naturaleza sexual y la suscripción de las políticas, procedimientos y códigos de conducta de Salvaguardia y Protección de la RFEA, cumplimentando el formulario del siguiente enlace ([ENLACE](#)).

Ana Ballesteros

Secretaria General

Ciáusula de género

La Real Federación Española de Atletismo (RFEA) garantiza la igualdad efectiva de hombres y mujeres como uno de sus principios básicos de actuación. A tal fin, las menciones genéricas en masculino que aparecen en la presente Circular se entenderán referidas también a su correspondiente femenino, salvo aquellos supuestos en que específicamente se haga constar que se refiere a uno u otro género.

En cumplimiento del RGPD UE 2016 679, le informamos que los datos tratados forman parte del Registro de Actividades de Tratamiento cuyo responsable es la Real Federación Española de Atletismo, que los mismos se utilizan con la base jurídica del interés legítimo del responsable en cumplimiento de los artículos 43, 50 y 51 de la Ley 39/2022 del Deporte, artículo 5.1 del Real Decreto 1835/1991 sobre Federaciones Deportivas Españolas; la finalidad del tratamiento es la convocatoria de los deportistas, miembros del cuerpo técnico y oficiales los datos se conservaran para el desarrollo de las funciones legítimas de la RFEA , siendo por plazo indefinido y que puede ejercer sus derechos de Acceso, rectificación, supresión y limitación del tratamiento en el correo electrónico de la RFEA privacidadrfea@rfea.es.

Así mismo les informamos que los datos se publicaran en los medios corporativos de la RFEA de Atletismo, no pudiéndose utilizar los mismos por personas o entidades diferentes a la RFEA y con fines distintos a los establecidos. La RFEA no autoriza la reproducción del documento, en caso contrario la entidad que lo descargue o utilice para otros fines actuara como responsable de tratamiento.

PROPUESTA DE PROGRAMA

(León, 18 a 21 de mayo)

PROPUESTA DE PROGRAMA							
18-may		19-may		20-may		21-may	
Hora	Actividad	Hora	Actividad	Hora	Actividad	Hora	Actividad
		8:30	Desayuno	8:30	Desayuno	8:30	Desayuno
		10:00	Reunion de Entrenadores	10:00	Reunion de Entrenadores		
		11:30:- 14:00	Monitorización Chicos	11:00	Test de salto	10:30	40 m lisos
					Test de fuerza		Ajustes de salidas (Video Feedback)
						12:30	Fin actividad
		14:30	Comida	14:30	Comida		
		17:30-20:00	Monitorización Chicas	18:00	Análisis de vídeos		
				20:00	Reuniones Individuales		
21.00	Cena	21:00	Cena	21:00	Cena		
22:00	Bienvenida y explicación de	22:00	Reunion de Entrenadores	22:00	Reuniones Individuales		

MONITORIZACIÓN	<p>Descripción de la prueba: Con salida de tacos y 6 vallas colocadas a distancia y altura reglamentaria, a la señal del entrenador, se realizarán a la máxima velocidad la distancia comprendida entre: la línea de salida y la mitad del espacio entre 6ª y 7ª valla (110 m.v. = 63.99m) (100 m.v. = 59,75m).</p>						
	<p>Parámetros de valoración:</p>						
	· Tiempo total de la prueba.		· Comparativas de tiempo de vuelo.				
	· Parciales entre vallas (incluido de salida a 1ª valla).		· Porcentaje sobre el tiempo total, entre fase de carrera y fase aérea.				
	· Comparativas de los parciales.		· Distancia de batida y caída respecto a la valla.				
	· Tiempo de vuelo en cada valla.		· Tiempo de contacto en el suelo en el apoyo de batida y en el apoyo de continuación.				
TEST F	<p>Descripción de la prueba: 4 cargas progresivas siendo la última entorno al 80-90% RM</p>						
	RM (Kg)	Peso para máxima potencia (Kg)					
	RM relativo	%RM donde se alcanza la máxima potencia máxima					
	Pendiente relativa	Cargas y velocidades asociadas a los % RM					
	Máxima Potencia max. (W/Kg)						
TEST SALTO	<p>Definición de la prueba: Realización de varios saltos verticales sobre una plataforma láser de salto con el fin de evaluar la altura máxima del saltos y el aprovechamiento elástico del deportista.</p>						
	Squat Jump (SJ)						
	Counter Movement Jump (CMJ)						