

Madrid, 20 de noviembre de 2023

Plan Dirigido 2024 - Pruebas Combinadas: Concentración I

La Real Federación Española de Atletismo, a propuesta del Director Deportivo, organiza la Concentración I perteneciente al Plan Dirigido 2024 en la especialidad de Pruebas Combinadas.

Lugar: Sant Cugat.
Fecha: Del 6 al 10 de diciembre.
Alojamiento: Centre d'Alt Rendiment de Sant Cugat del Vallès.
Incorporación: El día 6 a las 20:00 horas
Finalización: El día 10 a las 15:00 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 Pruebas Combinadas.
- Atletas con potencial de clasificación para las competiciones internacionales sub-20 y sub-23.
- Rendimiento deportivo y potencial para el ciclo olímpico 2024-2028.

COORDINADOR: MARTÍNEZ ESTEBAN, FERNANDO

TÉCNICOS RFEA:

GONZÁLEZ GALVAN, HÉCTOR
PÉREZ RODRÍGUEZ, LYSNAYS ARLYS

ENTRENADORES PERSONALES:

ALONSO SALT, MANUELA
CABALLERO MERINO, FRANCISCO
MANCHEÑO PÉREZ, ALEJANDRO
MONREAL MARTÍNEZ, PAU

ATLETAS CONVOCADOS

AGUILERA CAMPOS, LAURA	2003	NERJA DE ATLETISMO	ANDALUCÍA
COSULLUELA ÖRDÖGH, SOFÍA	2004	VALENCIA CLUB ATLETISMO	MADRID
MOLINA LÓPEZ-NEGRETE, S. ISIDORA	1999	FÍTBOL CLUB BARCELONA	MADRID
MEDINA BERMAN, ANDREA	1996	A. DEPORTIVA SPRINT	MADRID
PÉREZ GÓMEZ, PAULA	2001	C. MUNICIPAL ATL. ARGANDA	MADRID
RAMIREZ MARTÍN, ALBA	2003	ATLETICO SAN SEBASTIAN	MADRID
RAMOS VELLÓN, CARMEN	1998	C.A PLAYAS DE CASTELLÓN	C. VALENCIANA
SANCHEZ DEL VALLE VERGE, SOFIA	2004	ESCOLA ATLETICA LUCENSE	GALICIA

ABRINES KARBOWSKI, DAVID	1997	ATL. ALBACETE DIPUTACIÓN	ISLAS BALEARES
BOIX ESTEVE, ANDREU	2002	C.A PLAYAS DE CASTELLÓN	C. VALENCIANA
LOUM PASCUAL, TAYB DAVID	2004	C. A. SPRINT MONCADA	C. VALENCIANA
DAVILA LÓPEZ, JORGE	2000	C.A PLAYAS DE CASTELLÓN	C. VALENCIANA
FERRER MONCUSI, POL	2003	CORNELLA ATLETIC	CATALUÑA
FIGUEROA MORERA, EDUARDO	2004	C.A PLAYAS DE CASTELLÓ	C. VALENCIANA
GAMEZ BERMUDEZ, PABLO	2001	C.A. TENERIFE CAJACANARIAS	CANARIAS
SAN PASTOR VICENTE, JOSÉ	2002	PAMPLONA ATLETICO	CASTILLA Y LEÓN
SANTAFÉ PÀGA, ELOI	2001	CLUB ATLÈTIC IGUALADA	CATALUÑA

CONFIRMACIONES

Es requisito para asistir a la actividad que los participantes confirmen previamente su asistencia antes del **de 27 DE NOVIEMBRE a las 12:00** 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 el **28 de NOVIEMBRE**. 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:

- Los atletas no están autorizados a realizar viajes en automóvil, excepto en circunstancias especiales, previamente autorizadas por esta RFEA.
- El resto de participantes, si realizan el viaje en automóvil, el importe por km está estipulado (conforme a normativa) en 0,26 €.
- No se abonarán peajes de autopistas, ni parking y en ningún caso se abonarán facturas por el alquiler de automóviles.
- 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

Cláusula 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

Día 1 7/12/23		Día 2 7/12/23		Día 3 8/12/23	
Hora	Actividad	Hora	Actividad	Hora	Actividad
		8.30	Desayuno	8.30	Desayuno
		9.00	Reunión entrenadores preparación	9.00	Reunión entrenadores preparación
		Hombres	Sesión Dirigida: Longitud	10.30	Sesión Dirigida: Peso
		10.30	Trabajo de técnica de carrera de aproximación		Batería de ejercicios con grabación e
			Sesión de monitorización técnica del enlace carrera batida		Trabajo de Propiocepción en arena.
			Batería de ejercicios con grabación en vídeo.		
		Mujeres	Sesión Dirigida: Altura		
		10.30	Trabajo de técnica de carrera de aproximación		
			Sesión de monitorización técnica del enlace carrera batida		
			Batería de ejercicios con grabación en vídeo.		
		13.30	Comida	13.30	Comida
		14.30	Café entrenadores - análisis de la sesión	14.30	Café entrenadores - análisis de la sesi
		16.30	Entrenamiento Personal	15.00	REUNIÓN I RUN CLEAN
			GIMNASIO - FUERZA (trabajo individual)	Hombres	Sesión Dirigida: Altura
			(Opción) ARRASTRES 1080	16.30	Trabajo de técnica de carrera de apro:
			Biofeedback		Sesión de monitorización técnica del e
					Batería de ejercicios con grabación e
				Mujeres	Sesión Dirigida: Longitud
				16.30	Trabajo de técnica de carrera de apro:
					Sesión de monitorización técnica del e
					Batería de ejercicios con grabación e
20.30	Incorporación			18.30	POTENCIA AERÓBICA MIXTA
21.00	Cena	21.00	Cena	21.00	Cena
22.00	Bienvenida	22.00	Reunión de entrenadores	22.00	Reunión de entrenadores
22.30	Reunión de Entrenadores				

Día 4 9/12/23		Día 5 10/12/23		Día 6 11/12/23	
Hora	Actividad	Hora	Actividad	Hora	Actividad
8.30	Desayuno	8.30	Desayuno	8.30	Desayuno
9.00	Reunión entrenadores preparación	9.00	Reunión entrenadores preparación	9.00	Reunión entrenadores preparación
10.30	Sesión Dirigida: Vallas	10.30		10.30	
	Trabajo de salida a la primera valla, tercer	Hombres	Sesión Dirigida: Altura	Hombres	Sesión Dirigida: Peso
11.45		Mujeres	Sesión Dirigida: Peso	Mujeres	Sesión Dirigida: Altura
Hombres	Sesión Dirigida: Pertiga				
Mujeres	Sesión Dirigida: jabalina			12.30	POTENCIA AERÓBICA MIXTA
	Grabación en vídeo				
12.30	Crioterapia				
13.30	Comida	13.30	Comida	13.30	Comida
	DESCANSO	14.30	Café con entrenadores - análisis de la sesi	14.30	Fin de la actividad
18:00	Reuniones Individuales	16.30	Entrenamiento Personal		
			GIMNASIO - FUERZA (trabajo individual)		
		18:00	Reuniones Individuales		
21.00	Cena	21.00	Cena		
22.00	Reuniones Individuales	22.00	Reuniones Individuales		