

Madrid, 21 de marzo de 2025

Plan Nacional de Relevos Sub-20 y Sub-23 2025 – Relevo Largo: Concentración II
(Sant Cugat, del 12 al 16 de abril)

La Real Federación Española de Atletismo, a propuesta del Director Deportivo, organiza la Concentración II del Plan Nacional de Relevos Sub-20 y Sub-23.

Como se establece en el artículo 46º 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.

ATLETAS CONVOCADOS

Sub-23

AGUILERA CAMPOS, LAURA	2003	NERJA ATLETISMO	ANDALUCÍA
ARROYO SORIA, ROCÍO	2003	CA UNICAJA JAÉN PARAISO INTERIOR	MADRID
LORENZO CARRASCO, ELISA	2005	CAPEX	CASTILLA Y LEÓN
PRIETO BENÍTEZ, ANA	2005	DIPUTACIÓN VALENCIA C.A	ANDALUCÍA
ROJAS CORALES, NATALIA	2005	AGRUPACIÓN DEPORTIVA MARATHON	MADRID
TOMÉ ALVAREZ, LARA	2005	ATLETISMO PIELAGOS	ASTURIAS
GÓMEZ ALTES, CLAUDI	2003	SOCIEDAD GIMNASTICA DE PONTEVEDRA	CATALUÑA
GONZÁLEZ MUÑOZ, ÁNGEL	2003	CA UNICAJA JAÉN PARAISO INTERIOR	MADRID
IBAÑEZ RODRÍGUEZ, POL	2004	GRUP ATLETISME LLUISOS MATARO	CATALUÑA
POZO MEXINO, GERSON	2003	C.A JUVENTUD ALCALA-AJALKALA	MADRID
PLATA PRADO, SERGIO	2004	C.D.B. ATLETISMO CIUDAD DE LUGONES	ASTURIAS
ROMÁN LEIROS, JORGE	2003	REAL CLUB CELTA DE ATLETISMO	GALICIA

Sub-20

ANGULO LLANEZA, CANCELA	2007	OVIEDO ATLETISMO	ASTURIAS
AGUERRALDE ZUBIAURRE, ALAINE	2007	BIDASOA ATLETIKO TALDEA	PAÍS VASCO
GARCÍA CASTAÑEDA, JULIA	2007	C.A PLAYAS DE CASTELLÓN	ANDALUCÍA
GÁLVEZ SANTAMARÍA, ANA	2006	C.D. FLORENTINO DIAZ REIG	C. LA MANCHA
PLATA PRADO, SILVIA	2007	C.D.B. ATLETISMO CIUDAD DE LUGONES	ASTURIAS
RUIZ DE DIEGO, ANA ALBA	2007	A. COMARCAL BAHÍA ALGECIRAS	ANDALUCÍA
CIRUJEDA SERRA, BIEL	2006	CLUB ATLÈTIC MANRESA	CATALUÑA
CRESPO GUTIÉRREZ, ÓSCAR	2007	ATLETISMO TORRELAVEGA	CANTABRIA
GASTÓN ALVAREZ, AARÓN	2007	ALCAMPO SCORPIO 71	ARAGÓN
MARCO ESTEVÉ, HELIO	2006	CENTRE ESPORTIU COLIVENC	C. VALENCIANA
PONS GARCÍA, SERGI	2006	CORNELLA ATLETIC	ISLAS BALEARES

Coordinador de la actividad:

LAHOZ CASTELLO, ESTHER

Técnicos RFEA:

CARRETERO GARCÍA-DONCEL, LUIS

Entrenadores Personales Convocados:

FERNÁNDEZ LARRAGUETA, ANTONIO

GÓMEZ CORTADA, ANDREU

TORRESCUSA QUINTA, EULALIA

Fisioterapeuta: a designar.**Ciencias del deporte:** Servicio del CAR de Sant Cugat.**OBJETIVOS ESPECIFICOS DE LA ACTIVIDAD**

- Potenciar las cualidades físicas y técnicas enfocadas a la mejora del rendimiento, la capacidad de análisis, mediante sesiones de entrenamiento y biofeedback.
- Seguimiento y monitorización de su desarrollo deportivo, a través de evaluaciones técnicas, pruebas de rendimiento y análisis de su evolución.
- Alineación de estrategias de entrenamiento junto al entrenador personal para favorecer la mejora y progresión de capacidades físicas y habilidades técnicas.

CRITERIOS DE CONVOCATORIA

La Dirección Deportiva ha considerado como criterio para la convocatoria a la actividad:

- Atletas incluidos en el Plan Nacional de Relevos con proyección de clasificación para las competiciones internacionales sub-20 y sub-23.
- Rendimiento deportivo y potencial para el ciclo olímpico 2024-2028.

CONFIRMACIONES

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

ALOJAMIENTO Y PLAN DE VIAJE

Alojamiento: Car de Sant Cuagt (Av. Alcalde Barnils, 3, 5, 08174 Sant Cugat del Vallès, Barcelona)

Incorporación: 12 de abril a las 13:00. Todos los participantes en la actividad deben incorporarse como lo indicado.

Excepcionalmente, si algún participante solicita trasladarse a la residencia en vehículo particular debe comunicar a la RFEA (Virginia Jiménez- vjimenez@rfea.es) esta solicitud para ser autorizado.

Regreso: 16 de abril a las 15:00h. Se recomienda que los billetes de regreso a los lugares de origen no sean antes de las 15:00.

Para solicitar el viaje se tendrá que contactar con la agencia BCD atletismo@bcdme.es antes del 27 de marzo a las 12:00 h.

Para gestionar adecuadamente el billete se ha de enviar un correo a la agencia indicando la siguiente información: nombre de la actividad, nombre completo, DNI, lugar de procedencia, fecha del viaje de ida y de regreso, teléfono de contacto, y el número de actuación 25-006.

ENTORNO SEGURO

Los técnicos, oficiales, personal de apoyo o auxiliar y personal médico 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](#).

Los menores de edad deberán llevar una autorización paterna (Anexo 2 de la circular) durante la duración del viaje. Se deberá entregar una copia al coordinador de equipo en la incorporación a la actividad.

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:

Si se realiza 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. Deberá presentarse recibo de gasolina o de peaje en ruta en el mismo día del viaje, así como facilitar la matrícula del vehículo utilizado.

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

Numero de actuación a justificar: 25-001.

Los atletas no están autorizados a viajar en automóvil, excepto en circunstancias especiales, previamente autorizadas por esta RFEA.

Ana Ballesteros Barrado

Directora del Área Legal & RRHH

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 conservarán 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.

Salvaguarda y Protección

La RFEA dispone de unas políticas, normas y códigos de conducta para la Salvaguarda y la Protección, en ellas se busca el desarrollo de nuestro deporte en entornos seguros, que se encuentran disponibles en [Salvaguarda y Protección](#) Nuestra Delegada de protección aandres@rfea.es atenderá las dudas, denuncias, necesidades de nuestros atletas menores de edad y de los adultos con necesidad de protección, velando por el cumplimiento de estas políticas de Salvaguarda. Para atender cualquier cuestión relacionada con temas de Salvaguarda disponemos de un canal de denuncia, canaldenuncia@rfea.es

ANEXO 1 – PROPUESTA DE PROGRAMA

PROPUESTA DE PROGRAMA					
Día 1		Día 2		Día 3	
sábado, 12 de abril de 2025		domingo, 13 de abril de 2025		lunes, 14 de abril de 2025	
Hora	Actividad	Hora	Actividad	Hora	Actividad
		8:30	Desayuno	8:30	Desayuno
13:00	Incorporación	10:00	Entrevistas personales	10:00	Entrevistas personales
		11:00	Entrenamiento Dirigido Calentamiento individual 2) Rectas individuales presentando testigo 3) Salidas individuales desde posición recogida testigo 4) Entregas y recepción Primer Cambio en Zona. por género CAP.LÁCTICA: 4x80 R-2/5' + 3x100 R-3'	11:00	Entrenamiento Dirigido Calentamiento Individual 4 rectas 120/150m (4-5 corredores x 30m) cambiando
					Entrenamiento Dirigido: Ejercicios Complementarios Multisaltos y Multilanzamientos
14:00	Comida	13:30	Comida	13:30	Comida
17:00	Trabajo Individual aconsejado tras viaje Calentamiento suave Rectas en hierba	17:00	Entrenamiento Dirigido Recordatorio posiciones básicas para Entrega/Recogida 4 entregas + 4 recepciones cambio 1º Entrenamiento Personal Fuerza	17:00	Entrenamiento Dirigido Entrenamiento a escoger por entrenadores: A) Pot.Láctica: 4x300 r.-10' B) Cap.Láctica: 4x500 r.-10'
19:30		19:30	Entrevistas Personales	19:30	Entrevistas Personales
20:30	Cena	20:30	Cena	20:30	Cena
21:00	Reunión General Inicial	21:30	Reunión Staff: evaluación y programación	21:30	Reunión General: Evaluación de los cambios
21:45	Reunión Staff Técnico: Plan de trabajo				

Día 4		Día 5	
martes, 15 de abril de 2025		miércoles, 16 de abril de 2025	
Hora	Actividad	Hora	Actividad
8:30	Desayuno	8:30	Desayuno
10:00	Entrevistas personales	10:00	Entrenamiento Dirigido Calentamiento Individual: RELEVO SIN FIN: 2X3X200 Cambiando, Rec aprox 3, y 6'
11:00	Entrenamiento Dirigido Calentamiento individual Imitación: 2x30m presentar+2x30m recoger 4 entregas y 4 recogidas 2º posta. Sin dificultad añadida. Por género 3x diagonales calle libre Potencia Aeróbica: Diagonales césped		
13:30	Comida	13:00	Comida
17:00	Entrenamiento Dirigido Ejercicios Complementarios: Multisaltos, Multilanzamientos Entrenamiento Personal Fuerza	15:00	Fin de la actividad
20:30	Cena		
21:30	Reunión Staff: evaluación y programación		

ANEXO 2: AUTORIZACIÓN MENORES (CIRCULAR __/2025)

En _____ a ____ de _____ de 2025

D./Dña _____
mayor de edad, con DNI/NIE nº _____ en calidad de padre/madre/ representante
legal (subrayar lo que proceda) del menor _____

AUTORIZO:

1. A la asistencia a dicha actividad, asumiendo la responsabilidad de cualquier acto, incidencia o accidente en que pudiera estar implicado durante el desplazamiento realizado para esta actividad y acepto que, por una falta disciplinaria, sea expulsado de la convocatoria.
2. A que los servicios médicos y de fisioterapia de la Federación Española u otros médicos realicen las exploraciones, analíticas, pruebas diagnósticas, tratamientos e intervenciones médicas y de fisioterapia que se consideren necesarias en beneficio de la salud de mi hijo/a.
3. Que los resultados de las pruebas complementarias u otra información necesaria se trasmitan a las personas u organismos deportivos manteniéndose siempre la máxima confidencialidad.
4. Y consiento expresamente a la Real Federación Española de Atletismo (en adelante RFEA), con domicilio en Avenida de Valladolid 81, a utilizar gratuitamente, de forma no exclusiva, a nivel mundial y por el tiempo legalmente establecido conforme a la legislación española, la imagen de mi hijo/a captada en fotografías y grabación de video; siendo las imágenes tomadas exclusivamente durante el desarrollo de las concentraciones, entrenamientos, entrevistas y cualesquiera otros eventos relacionados con la actividad deportiva y respetando en todo momento la dignidad y honor personal del menor, para su reproducción, edición, distribución, transformación y comunicación pública en cualquier medio de comunicación, escrito y/o audiovisual, electrónico, digital, en Internet presente y futuro, en particular, pero sin estar limitado a ello, en:
 - Los sitios web www.rfea.es.
 - Los sitios web y/o perfiles en redes sociales de RFEA, la Intranet de RFEA y cualquier sitio web perteneciente a sociedades debidamente autorizadas por RFEA, en particular los medios de comunicación y patrocinadores de RFEA que vayan a informar del Evento.

En caso de emergencia contactar con:

- Nombre y apellidos.....
- Relación.....Teléfonos de contacto.....
- Correo electrónico.....
- Observaciones:
-
-
- Especificar si su hijo-a tiene alguna alergia, debe seguir algún tipo de alimentación especial, debe utilizar alguna medicación o cualquier otra información que considere relevante tener en cuenta
- Conozco y suscribo las políticas, protocolos y códigos de conducta de la RFEA en materia de Salvaguardia y Protección, y las obligaciones de cumplimiento de las normas de conducta de los atletas en las actividades RFEA. Somos conocedores de que la delegada de protección de la RFEA es Amaia Andrés que está a disposición de los atletas a través del siguiente correo electrónico: aandres@rfea.es

Firmado

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 RGD 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.

Salvaguarda y Protección

La RFEA dispone de unas políticas, normas y códigos de conducta para la Salvaguardia y la Protección, en ellas se busca el desarrollo de nuestro deporte en entornos seguros, que se encuentran disponibles en [Salvaguarda y Proteccion](#) Nuestra Delegada de protección aandres@rfea.es atenderá las dudas, denuncias, necesidades de nuestros atletas menores de edad y de los adultos con necesidad de protección, velando por el cumplimiento de estas políticas de Salvaguardia. Para atender cualquier cuestión relacionada con temas de Salvaguardia disponemos de un canal de denuncia, canaldenuncia@rfea.es