

Madrid, 7 de agosto de 2025

**Plan Nacional de Relevos: Training Camp JOMA para el Campeonato del Mundo al Aire Libre 2025**  
(Sant Cugat, del 17 al 24 de agosto)

La Real Federación Española de Atletismo, a propuesta del Director Deportivo, organiza el Training Camp JOMA de los equipos clasificados del relevo para el Campeonato del Mundo al Aire Libre 2025.

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**

**4x100 m**

BESTUÉ FERRERA, JAËL SAKURA	2000	C.A ADIDAS	CATALUÑA
CARRILLO AMAYUELAS, LUCÍA	2002	INDEPENDIENTE	CASTILLA Y LEÓN
CLADERA GIL, ESPERANÇA	2002	DIPUTACIÓN VALENCIA C.A	ISLAS BALEARES
RODRIGO RODRIGUEZ, AITANA	2000	ATLÉTICO SAN SEBASTIAN	PAÍS VASCO
PÉREZ RODRIGUEZ, MARÍA ISABEL	1993	INDEPENDIENTE	ANDALUCÍA
SEVILLA LÓPEZ-VIEJA, PAULA	1997	C.A PLAYAS DE CASTELLÓN	C. LA MANCHA

**4X400 m y 4x400 m mixto**

AVILÉS PALOS, CARMEN	2002	C.A PLAYAS DE CASTELLÓN	ANDALUCÍA
FRA PALMER, DANIELA	2000	DIPUTACIÓN VALENCIA C.A	MADRID
HERVÁS RODRÍGUEZ, BLANCA	2002	DIPUTACIÓN VALENCIA C.A	MADRID
SANTIDRIÁN RUIZ, EVA	2000	C.A PLAYAS DE CASTELLÓN	CASTILLA Y LEÓN
PRIETO BENITEZ, ANA	2005	DIPUTACIÓN VALENCIA C.A	ANDALUCÍA
ARROYO SORIA, ROCÍO	2003	CA UNICAJA JAÉN PARAISO INTERIOR	MADRID

**4X400 m Mixto**

ERTA MAJÓ, BERNAT	2001	FUTBOL CLUB BARCELONA	CATALUÑA
FERNÁNDEZ SOTO, MARKEL	2003	ALCAMPO SCORPIO 71	PAÍS VASCO
GARCÍA ZURITA, DAVID	2005	C.D ATLETISMO DE BADAJOZ	EXTREMADURA

**Coordinador de la actividad:**

PUIG CAPSIR, ANTONIO

**Técnicos RFEA:**

DIÉGUEZ MONTESINOS, RICARDO

DOMÍNGUEZ LEZCANO BERNARDO  
LAHOZ CASTELLOTE, ESTHER

**Fisioterapeutas:** a designar.

**Ciencias del deporte:** Servicio del CAR de Sant Cugat.

## CRITERIOS DE CONVOCATORIA

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

- Atletas con proyección de representar al Equipo Nacional en el Campeonato del Mundo al Aire Libre de 2025.

## CONFIRMACIONES

Es requisito para asistir a la actividad que los participantes confirmen previamente su asistencia antes del **11 de agosto** 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: Centre d'Alt Rendiment de Sant Cugat del Vallès (Av. Alcalde Barnils, 3, 5, 08174 Sant Cugat del Vallès, Barcelona)

Incorporación: **17 de agosto** a las 19:30h. Todos los participantes en la actividad deben incorporarse como lo indicado.

Regreso: **24 de agosto a las 10:00h**. Se recomienda que los billetes de regreso a los lugares de origen no sean antes de las 11:00.

Para solicitar el viaje se tendrá que contactar con la agencia BCD [atletismo@bcdme.es](mailto:atletismo@bcdme.es) antes del 11 de agosto.

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 25-001.

## 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 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](mailto: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, kilometraje, manutención...) si no se ha realizado conforme al procedimiento indicado.

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 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](mailto: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 Protección](#) Nuestra Delegada de protección [aandres@rfea.es](mailto: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](mailto:canaldenuncia@rfea.es)

PROPUESTA DE PROGRAMA 4x400					
Día 1		Día 2		Día 3	
domingo, 17 de agosto de 2025		Lunes, 18 de agosto de 2026		Martes, 19 de agosto de 2027	
Hora	Actividad	Hora	Actividad	Hora	Actividad
		8:30	Desayuno	8:30	Desayuno
	viaje	10:00	Reunión Inicial		
		10:30	Entrenamiento Dirigido Calentamiento Individual Cambios Recordatorio General y Cambios por calles (25')	10:30	Entrenamiento Dirigido Calentamiento Individual Cambios por calles Mujeres y Mixto (25')
		11:45	Entrenamiento Personal	11:45	Entrenamiento Personal
		14:30	Comida	13:30	Comida
		17:30	Entrenamiento Personal Entrenamiento individual o descanso.	17:00	Entrenamiento Personal Entrenamiento individual o descanso.
20:00	Entrega y reparto de habitaciones (Hora Límite)	19:30	Entrevistas Personales	19:30	Entrevistas Personales
20:30	Cena	20:30	Cena	20:30	Cena
21:30	Reunión Staff: Distribución trabajo, programación, propuestas	21:30	Reunión Staff: Distribución trabajo, programación, propuestas	21:30	Reunión Staff: Evaluación y Propuestas

Día 4		Día 5		Día 6	
Miércoles, 20 de Agosto de 2025		Jueves, 21 de Agosto de 2025		Viernes, 22 de Agosto de 2025	
Hora	Actividad	Hora	Actividad	Hora	Actividad
8:30	Desayuno	8:30	Desayuno	8:30	Desayuno
10:30	Entrenamiento Dirigido Calentamiento Individual Cambios por calles Mujeres y Mixto (25')	11:30	TEST 350 Calentamientos Individuales según horario y orden de realización (Entrenamiento Personales solo por la tarde)	10:30	Entrenamiento Dirigido Calentamiento Individual Cambios Calle Libre Mujeres y Mixto (25')
11:45	Entrenamiento Personal			11:45	Entrenamiento Personal
13:30	Comida	13:30	Comida	13:30	Comida
	Descanso obligatoto Pre-Test	17:00	Entrenamiento Personal Entrenamiento individual o descanso. (Preferentemente descanso)	17:00	Entrenamiento Personal Entrenamiento individual o descanso.
19:00	Reunión Equipo Técnico preparación TEST	19:30	Entrevistas Personales	19:30	Entrevistas Personales
20:30	Cena	20:30	Cena	20:30	Cena
21:30	Reunión Staff: Evaluación y Propuestas	21:30	Reunión Staff: Evaluación y Propuestas	21:30	Reunión Staff: Evaluación y Propuestas

Día 7		Día 8	
sábado, 23 de Agosto de 2025		domingo, 24 de Agosto de 2025	
Hora	Actividad	Hora	Actividad
8:30	Desayuno	8:30	Desayuno
10:30	Entrenamiento Dirigido Calentamiento Individual Cambios Calle Libre Mujeres y Mixto (25')	10:00	SALIDAS DE VUELTA
11:45	Entrenamiento Personal		
13:30	Comida		
17:00	Reunión 4x400 Valoración Test 350 Valoración T.C.		
20:30	Cena		
21:30	Reunión Staff: Valoración T.C., propuestas de futuro		

PROPUESTA DE PROGRAMA 4x100					
Día 1		Día 2		Día 3	
domingo, 17 de agosto de 2025		Lunes, 18 de agosto de 2026		Martes, 19 de agosto de 2027	
Hora	Actividad	Hora	Actividad	Hora	Actividad
		8:30	Desayuno	8:30	Desayuno
	viaje	10:30	Entrenamiento Dirigido	10:30	Entrenamiento Dirigido
			Trabajo de Cambios	10:30	Calentamiento competición. Aprox 60'
			Recordatorio general		2x120 test: uno en curva saliendo 2ª zona
			12:00	Entrenamiento Personal Entrenamiento individual suave por test de 2x120 o descanso.	
					El equipo de biomecánicos tomarán datos
		14:30	Comida	13:30	Comida
		17:00	Entrenamiento Personal Entrenamiento individual o descanso (Preferentemente descanso por test de 2x120)	17:00	Entrenamiento Personal Entrenamiento individual o descanso.
20:00	Entrega y reparto de habitaciones (Hora Límite)	19:30	Entrevistas Personales	19:30	Entrevistas Personales
20:30	Cena	20:30	Cena	20:30	Cena
21:30	Reunión Staff: Distribución trabajo, programación, propuestas	21:30	Reunión Staff: Distribución trabajo, programación, propuestas	21:30	Reunión Staff: Evaluación y Propuestas

Día 4		Día 5		Día 6	
Miércoles, 20 de Agosto de 2025		Jueves, 21 de Agosto de 2025		Viernes, 22 de Agosto de 2025	
Hora	Actividad	Hora	Actividad	Hora	Actividad
8:30	Desayuno	8:30	Desayuno	8:30	Desayuno
10:30	Entrenamiento Dirigido Trabajo de Cambios	10:30	Entrenamiento Dirigido Trabajo de Cambios	10:30	Entrenamiento Dirigido Calentamiento competición: aprox 60' 4x80m relevos: se realizarán 2 o 3 intentos con una recuperación entre 10' y 15' Los Biomecánicos tomarán tiempos totales y entradas en zonas. Se filamará todo.
12:00	Entrenamiento Personal Entrenamiento individual	12:00	Entrenamiento Personal Entrenamiento individual		
14:30	Comida	14:30	Comida	13:30	Comida
17:00	Entrenamiento Personal Entrenamiento individual o descanso	17:00	Entrenamiento Personal Entrenamiento individual suave o descanso Preferentemente Descanso por actividad día siguiente	17:00	Entrenamiento Personal Entrenamiento individual o descanso.
19:30	Entrevistas Personales	19:30	Entrevistas Personales	19:30	Reunión 4x100: Valoración test
20:30	Cena	20:30	Cena	20:30	Cena
21:30	Reunión Staff: Distribución trabajo, programación, propuestas	21:30	Reunión Staff: Distribución trabajo, programación, propuestas		

Día 7		Día 8	
sábado, 23 de Agosto de 2025		domingo, 24 de Agosto de 2025	
Hora	Actividad	Hora	Actividad
8:30	Desayuno	8:30	Desayuno
10:30	Entrenamiento Dirigido Calentamiento competición Entregas-recepción de alta intensidad parejas y grupos Cambios en zona con distancias cortas Cambios en zona con distancias cortas entre 40m y 50m	10:00	SALIDAS DE VUELTA
13:30	Comida		
17:00	Entrenamiento Personal Entrenamiento individual suave o descanso		
19:30	Reunión 4x100: Valoración general		
20:30	Cena		
21:30	Reunión Staff: Valoración T.C., propuestas de futuro		