

Madrid, 12 de febrero de 2026

Plan Avanza 2025-2026: Vallas – Concentración II
(CAR Sant Cugat, del 27 de marzo al 2 de abril)

La Real Federación Española de Atletismo, a propuesta del Director Deportivo, organiza la concentración II del Plan Avanza 2025-2026 de vallas.

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-20

| | | | |
|----------------------------------|------|-------------------------------|-----------------|
| AGURRALDE ZUBIAURRE, ALAINE | 2007 | BIDASOA ATLETIKO TALDEA | PAÍS VASCO |
| GARAYARTABE AZCONA, MAIALEN | 2008 | REAL SOCIEDAD S.A.D. | PAÍS VASCO |
| PLATA PRADO, SILVIA | 2007 | C.D.B. A. CIUDAD DE LUGONES | ASTURIAS |
| JIMÉNEZ GARCÍA, EMMA | 2007 | VALENCIA CLUB DE ATLETISMO | C. VALENCIANA |
| TEJERO HERNÁNDEZ, IRATXE | 2007 | HIRU-HERRI ATLETIKO TALDEA | NAVARRA |
| VICENTE UGIAGBE, IRAIA | 2008 | BILBAO ATLETISMO SANTUTXU | PAÍS VASCO |
| | | | |
| BAUTISTA GARCÍA, MARCOS | 2008 | C.A PLAYAS DE CASTELLÓN | C. VALENCIANA |
| ESPESO CANTOLLA, DIEGO | 2008 | A. DEPORTIVA MARATHON | MADRID |
| IBÁÑEZ ARAUZO, ÁLEX | 2007 | ATLETISMO ARANDA | CASTILLA Y LEÓN |
| MARTINEZ-GUISASOLA MORAN, MIGUEL | 2008 | ASOCIACIÓN ATLÉTICA AVILESINA | ASTURIAS |
| STEFANOV YANKOV, MARIO | 2007 | C.A ASCÓ RIBERA D'EBRE | CATALUÑA |
| SUÁREZ DICKSON, DIEGO | 2007 | UNIVERSIDAD DE OVIEDO | ASTURIAS |

Sub-23

| | | | |
|---------------------------------|------|-----------------------------|----------------|
| ABAITUA OMARREMENTERIA, ADRIANA | 2004 | ATLÉTICO SAN SEBASTIÁN | PAÍS VASCO |
| BADAL COSTA, ELSA | 2006 | C.A PLAYAS DE CASTELLÓN | C.VALENCIANA |
| BENGOA PINEDO, EVA | 2004 | AGRUPACIÓN DEPORTIVA SPRINT | MADRID |
| PAGÉS MABOKA, LERATO | 2005 | C.A PLAYAS DE CASTELLÓN | MADRID |
| RODRÍGUEZ JUAN, PAULA | 2006 | CORNELLA ATLETIC | CATALUÑA |
| ZUNINO VUJICHICH, MARTINA | 2006 | L'HOSPITALET ATLETISME | CATALUÑA |
| | | | |
| ARMISEN TENA, ARTURO | 2005 | C.D ATLETISMO DE BADAJOZ | ARAGÓN |
| BLANCO MARTÍN, VÍCTOR | 2004 | C.A PLAYAS DE CASTELLÓN | MADRID |
| CASTILLA MIRNADA, DANIEL | 2005 | NEW BALANCE TEAM | ISLAS BALEARES |
| CRUCEIRA CUELLO, IGNACIO | 2006 | ATLETISMO INTEC-ZOITI | ANDALUCÍA |
| ESTELLER MÁZ, MIQUEL ÁNGEL | 2004 | NERJA DE ATLETISMO | ISLAS BALEARES |
| MORENO MORATA, IKER | 2006 | C.A PLAYAS DE CASTELLÓN | C.VALENCIANA |

Coordinador de la actividad: MARÍN PADILLA, JORGE

Técnicos RFEA:

BARRENECHEA TARTAS, ANA

SOLÍS BERNARDO, ÁNGEL

PORRAS LÓPEZ, SALVADOR

Entrenadores convocados:

ALZAGA OLAÑETA, JON

CARRANZA MARTÍN, PAULA

ESCRIG FULLERA, CARLOS

Fisioterapeutas: por designar

OBJETIVOS ESPECÍFICOS 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 Sub-20 y Sub-23 incluidos en el Programa Avanza en la especialidad de vallas.
- Selección de atletas que, acorde a su potencial de desarrollo deportivo para el próximo ciclo olímpico, precisen de un programa específico de monitorización y evaluación técnica.

CONFIRMACIONES

Es requisito para asistir a la actividad que los participantes confirmen previamente su asistencia antes del **19 de febrero 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.

PLAN DE VIAJE

Alojamiento: Se alojarán en Centre d'Alt Rendiment de Sant Cugat del Vallès (Av. Alcalde Barnils, 3, 5, 08174 Sant Cugat del Vallès, Barcelona)

Incorporación: Todos los convocados deben incorporarse **el día 27 a las 16:00** en la Estación de tren Barcelona Sants para ser trasladados, en bus, al alojamiento.

Regreso: La salida, **el día 2 de abril a las 14:00**, en bus hasta la Estación de tren Barcelona Sants. Se recomienda que los billetes de regreso a los lugares de origen no sean antes de las 15:30.

Para solicitar el viaje se tendrá que contactar con la agencia BCD atletismo@bcdme.es antes del **19 de febrero 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 competición, nombre completo, DNI, lugar de procedencia, fecha del viaje de ida y de regreso, teléfono de contacto y el número de actuación 26-006.

ENTORNO SEGURO

Los convocados 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](#).

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.

La actuación a justificar es: 26-006.

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.

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

Ana Ballesteros

Directora Área Legal y 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

| Día 1 | | Día 2 | | Día 3 | |
|-------------|--|-------------|--|-------------|---|
| | 27-mar | Hora | 28-mar | Hora | 29-mar |
| | | 8:30 | Desayuno | 8:30 | Desayuno |
| | | 10:30-12:30 | Sesión técnica: doble apoyo (a 1, 2 y 3 pasos) caminatas y en carrera | 9:00-10:00 | Entrevistas personales |
| | | | | 10:30-12:30 | Sesión técnica: trabajo analítico de pierna de paso y pierna de ataque |
| | | 13:30 | Comida | 13:30 | Comida |
| 16:00 | Llegada a Sants y traslado en bus | 16:00-17:00 | Coffe-Work Entrenadores | | |
| 17:45 | Reunión bienvenida | 17:00-19:00 | Trabajo de fuerza individual | 18:00-20:00 | Reunión formativa de entrenadores |
| 18:00-19:30 | Movilidad articular general y core | | | | |
| 20:30 | Cena | 20:30 | Cena | 20:30 | Cena |
| | | 21:30-22:00 | Reunion Técnica-Análisis del día | | Reunion Técnica-Análisis del día |
| | | | | | |
| | | | | | |
| Día 4 | | Día 5 | | Día 6 | |
| Hora | 30-mar | Hora | 31-mar | | 01-abr |
| 8:30 | Desayuno | 8:30 | Desayuno | 8:30 | Desayuno |
| 9:00-10:00 | Entrevistas personales | 9:00-10:00 | Entrevistas personales | 9:00-10:00 | Entrevistas personales |
| 10:30-12:30 | Sesión técnica: trabajo rítmico específico a distancias reducidas | 10:30-12:30 | Sesión de movilidad y fuerza en arena | 10:30-12:30 | Sesión técnica: técnica específica de la prueba |
| | | | | | |
| | | | | | |
| 13:30 | Comida | 13:30 | Comida | 13:30 | Comida |
| 16:00-17:00 | Coffe-Work Entrenadores | | | 16:00-17:00 | Coffe-Work Entrenadores |
| 17:00-19:00 | Trabajo de fuerza individual | 18:00-20:00 | Sesión Técnica de Análisis de Vídeo | 17:00-19:00 | Charla Iván Rodríguez |
| | | | | | |
| 20:30 | Cena | 20:30 | Cena | 20:30 | Cena |
| 21:30-22:00 | Reunion Técnica-Análisis del día | | | | |
| | | | | | |

| Día 7 | |
|-------------|---|
| | 02-abr |
| 8:30 | Desayuno |
| 9:00-10:00 | Entrevistas personales |
| 10:30-12:00 | Sesión técnica: movilidad específica y trabajo de pies |
| | |
| 13:00 | Comida |
| | |
| 14:00 | Salida en bus |

ANEXO 2: AUTORIZACIÓN MENORES (CIRCULAR __/2026)

En _____ a ____ de _____ de 2026

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