

Madrid, 16 de marzo de 2023

**PLAN NACIONAL DE RELEVOS: CONCENTRACIÓN 4X100 M (ABSOLUTO Y SUB-23)**

La Real Federación Española de Atletismo, a propuesta del Director Deportivo, organiza la Concentración de Semana Santa del equipo 4x100m absoluto y sub-23 del Plan Nacional de Relevos.

**Lugar:** CAR Sant Cugat (Barcelona)  
**Alojamiento:** Holiday Inn Barcelona Sant Cugat. Calle del Danubio, 24 - 08174 Sant Cugat del Vallès  
**Fecha:** 31 marzo al 5 de abril de 2023  
**Incorporación:** 31 de marzo a las 20.30 horas  
**Finalización:** 5 de abril a las 14.00 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 Nacional de Relevos en los equipos absolutos y sub-23 del relevo 4x100m.
- Rendimiento deportivo y potencial para poder ser miembro del equipo de relevo durante el año 2023 y 2024.

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

Los atletas convocados, pertenecientes al Plan Nacional de Relevos, **están obligados** a participar en las concentraciones y actividades del plan salvo autorización previa del Director Deportivo (asanchez@rfea.es).

**COORDINADOR:** DIEGUEZ MONTESINOS, RICARDO

**TÉCNICOS RFEA:** ROCANDIO CILVETI, VALENTÍN

**ENTRENADORES PERSONALES:**

ACERA VILLANUEVA, SERGIO  
LOBATO GARCIA, CESAR  
MOVILLO FRANCES, PEDRO ALFONSO

**FISIOTERAPEUTA:** a designar

## ATLETAS CONVOCADOS

### ABSOLUTO FEMENINO

BESTUE FERRERA, JAEL SAKURA	2000	FUTBOL CLUB BARCELONA	CATALUNYA
BORRERO GERAR, ALBA	1998	FUTBOL CLUB BARCELONA	ANDALUCÍA
GARCÍA GARCÍA, PAULA	1998	PAMPLONA ATLETICO	MADRID
LARA PEREZ, CRISTINA	1995	FUTBOL CLUB BARCELONA	ANDALUCÍA
MARCO MORA, CARMEN	1999	VALENCIA CLUB ATLETISMO	C. VALENCIANA
MOLINA PRADOS MARTIN, SONIA	1993	VALENCIA CLUB ATLETISMO	C. LA MANCHA
NAVERO CEREZO, ESTHER	2000	C. A. PLAYAS DE CASTELLON	MADRID
PEREZ RODRIGUEZ, MARIA ISABEL	1993	INDEPENDIENTE	ANDALUCÍA
RODRIGO RODRIGUEZ, AITANA	2000	ATLETICO SAN SEBASTIAN	PAÍS VASCO
SEVILLA LOPEZ-VIEJA, PAULA	1997	C. A. PLAYAS DE CASTELLON	C. LA MANCHA

### SUB-23 FEMENINO

ABAGA VALCARCEL, ASHLEY	2002	C.D. POLITECNICO DE SORIA	CASTILLA Y LEÓN
CARRILLO AMAYUELAS, LUCIA	2002	C. A. PLAYAS DE CASTELLON	CASTILLA Y LEÓN
CLADERA GIL, ESPERANÇA	2002	CA U. JAEN PARAISO INTERIOR	ISLAS BALEARES
PINTIEL PAÑOS, LAURA	2002	C.ATLETICO HINACO MONZON	ARAGÓN
MARTINEZ CALERO, PAULA	2003	CLUB ATLETISMO ALCORCON	MADRID
SANCHEZ ESCUDERO, LIDIA	2003	S. ATLETICA ALCANTARILLA	MURCIA

### ABSOLUTO MASCULINO

CALERO LARA, ALBERTO	1998	C. A. PLAYAS DE CASTELLON	C. LA MANCHA
CANET VIDAL, BERNAT	2000	CORNELLA ATLETIC	CATALUÑA
GOMEZ VILLADIEGO, JESUS	1999	NERJA DE ATLETISMO	ANDALUCÍA
LOPEZ BARRANCO, SERGIO	1999	S. ATLETICA ALCANTARILLA	MURCIA
MARTINEZ CORBALAN, FERNANDO	1998	A.D. CEHEGIN ATLETISMO	MURCIA
MONNE CANAL, ARNAU	2000	FUTBOL CLUB BARCELONA	CATALUÑA
MONTALVO RODAS, PABLO	1999	A. COMARCAL BAHIA ALGECIRAS	ANDALUCÍA
RETAMAL AVILA, POL	1999	FUTBOL CLUB BARCELONA	CATALUÑA
RODRIGUEZ SERRANO, DANIEL	1995	C. A. PLAYAS DE CASTELLON	ANDALUCÍA

### SUB-23 MASCULINO

ALFONSO MEDERO, ADRIA	2002	C. A. PLAYAS DE CASTELLON	CATALUÑA
ARRANZ PEIRO, PABLO	2001	A. DEPORTIVA SPRINT	MADRID
CRESPI HROMCOVA, GUILLEM	2002	BARCELONA ATLETISME CLUB	CATALUÑA
JIMENEZ CABELLO, JOSE LUIS	2002	ATLETISMO GRANADA JOVEN	ANDALUCÍA
JORDAN JUL, ABEL ALEJANDRO	2003	GO FIT ATHLETICS	MADRID
MENA MOLINA, MARIO	2003	GO FIT ATHLETICS	ANDALUCÍA
MENDOZA JIMENEZ, JAIME	2003	UCAM ATLETISMO CARTAGENA	MURCIA
SANCHO SOLANAS, JAIME	2003	GO FIT ATHLETICS	MADRID

## CONFIRMACIONES

Es requisito para asistir a la actividad que los participantes confirmen previamente su asistencia antes del **17 de marzo del 2023 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](mailto: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 los 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, deberá presentarse 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](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 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

Madrid, 16 de marzo de 2023

**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.

## PROPUESTA DE PROGRAMACIÓN

PROPUESTA DE PROGRAMA					
Dia 1		Dia 2		Dia 3	
Hora	Actividad	Hora	Actividad	Hora	Actividad
		8:30	Desayuno	8:30	Desayuno
		9:30 11:00	Reunion de Técnicos 1. Carrera continua por equipos, con transmisión de testigos (10') 2. Estiramientos y rutinas individuales de calentamiento (15') 3. Ejercicios de carrera con transmisión del testigo (10') 4. Salidas desde posición de espera (6') 5. 5 x Relevos en recta sin zona de transferencia (Con Zapatillas de Calentamiento)	9:30 11:00	Reunion de Técnicos Calentamiento Relevos (50') • 6 x (Relevo 4 x 40) R: 8' (Zapatillas de clavos) Grabaciones
	Comida	14:00	Comida	14:00	Comida
20:30	Incorporación al CAR de Sant Cugat	18:30 20:00	ENTRENAMIENTO INDIVIDUAL Reuniones individuales de seguimiento	18:30	ENTRENAMIENTO INDIVIDUAL
21:00	Cena	21:00	Cena	21:00	Cena
22:00	Bienvenida y reunion del equipo	22:00	Reuniones individuales de seguimiento	22:00	Análisis de video Entrenadores
Dia 4		Dia 5		Dia 6	
Hora	Actividad	Hora	Actividad	Hora	Actividad
8:30	Desayuno	8:30	Desayuno	8:30	Desayuno
9:30 11:00	Reunion de Técnicos Calentamiento Relevos (30') • Cambios en zona (4 entregas + 4 recepciones) (Zapatillas de clavos) Grabaciones y monitorización	9:30 11:00	Reunion de Técnicos • Calentamiento Relevos (50') + ENTRENAMIENTO INDIVIDUAL	9:30 10:00	Reunion de Técnicos • Calentamiento con ejercicios de Relevos (45') • 4 X (Relevo 4 x 50 m) R:8' (Zapatillas de clavos) Grabaciones y monitorización
14:00	Comida	14:00	Comida	13:00	Comida
18:00	DESCANSO Análisis de video con Atletas	18:30 20:00	ENTRENAMIENTO INDIVIDUAL Reuniones individuales de seguimiento		VIAJE DE REGRESO
21:00	Cena	21:00	Cena		Cena
		22:00	Reuniones individuales de seguimiento		