

Madrid, 26 de septiembre de 2023

Plan Dirigido 2024 - Vallas largas: Monitorización I

La Real Federación Española de Atletismo, a propuesta del Director Deportivo, organiza la actividad de monitorización I perteneciente al Plan Dirigido 2024.

Lugar: Centro de Alto Rendimiento de Sant Cugat del Valles

Fecha: Del 31 de octubre al 5 de noviembre.

Incorporación: El día 31 a las 20:00 horas

Finalización: El día 5 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 Dirigido en la especialidad de vallas largas.
- Rendimiento deportivo y potencial para el ciclo olímpico 2024-2028.
- Atletas con potencial de clasificación para los JJOO de Paris 2024.

COORDINADOR: MARIN PADILLA, JORGE

TÉCNICOS RFEA:

CODINA TRENZANO, ALEX

NAVARRO RUIZ, FÉLIX

PORRAS LÓPEZ, SALVADOR

SOLÍS BERNARDO, ÁNGEL

ENTRENADORES PERSONALES

BEORINGYAN, FRANÇOIS

DÍEZ RODRÍGUEZ, SANTIAGO

FERNÁNDEZ IGLESIAS, CARLOS

GUERRA HURTADO, ÁNGELES

MONREAL MARTÍNEZ, PAU

FISIOTERAPEUTA: Por determinar

ATLETAS CONVOCADOS

BERMEJO YANGUAS, NEREA	1998	PAMPLONA ATLETICO	NAVARRA
FRA PALMER, DANIELA	2000	VALENCIA CLUB ATLETISMO	MADRID
GALLEGO SOTELO, SARA	2000	C.D NIKE RUNNING	CATALUÑA
GARCÍA SÁNCHEZ, CARLA	2001	VALENCIA CLUB ATLETISMO	MADRID

SORIA GONZÁLEZ, PAULA	1997	CA UNI JAEN PARAISO INT	MADRID
STEPHENS CO, GEENA	1999	FUTBOL CLUB BARCELONA	CATALUÑA
SUÁREZ MARCOS, NORA	1995	SPRINT ATLETISMO LEON	ANDALUCÍA
FERNÁNDEZ RODA, SERGIO	1993	NEW BALANCE TEAM	NAVARRA
PORRAS CANTONS, ALEIX	1999	C.A. PLAYAS DE CASTELLON	CATALUÑA
DELGADO PÉREZ, JESÚS DAVID	1999	C.A. TENERIFE CAJACANARIAS	CANARIAS
ALFONSO DE MIGUEL, IKER	1999	PAMPLONA ATLETICO	NAVARRA
SÁNCHEZ SANTOS, JAVIER	2000	NERJA DE ATLETISMO	ANDALUCÍA
DREES GIMÉNEZ, PABLO	2001	CA UNI JAEN PARAISO INT	C. VALENCIANA

CONFIRMACIONES

Es requisito para asistir a la actividad que los participantes confirmen previamente su asistencia antes del **3 de octubre 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.

Los menores de edad deberán viajar con la documentación legal necesaria, incluida la correspondiente autorización de sus padres o tutores legales.

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 6 de octubre**. 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

Dia 1		Dia 2		Dia 3	
Hora	Actividad	Hora	Actividad	Hora	Actividad
8:00-8:30	Desayuno	8:00-8:30	Desayuno	8:00-8:30	Desayuno
		10:30-13:00	Entrenamiento I Movilidad de vallas Musculación	10:30-13:00	Entrenamiento III Core Movilidad con vallas 2 X 4 X 120 m. con 4 vallas a 35m Rec 3'-4' y 6'-8'
13:30	Comida	13:30	Comida	13:30	Comida
20:00	Incorporación	16:30-18:30	Entrenamiento II Potencia aeróbica 2x 500+400+300 Rec 3' y 6'	18:00-19:00	Reunión técnica entrenadores
20:00-20:30	Reunión con atletas			19:00-20:00	Charla Félix Navarro (Mi visión del 400mv)
		19:00-20:00	Reunión entrenadores + Evaluación de jornada		
20:30	Cena	20:30	Cena	20:30	Cena
21:30	Reunión entrenadores	21:30	Entrevistas individuales con atletas y entrenador personal	21:30	Entrevistas individuales con atletas y entrenador personal
Dia 4		Dia 5		Dia 6	
Hora	Actividad	Hora	Actividad	Hora	Actividad
8:00-8:30	Desayuno	8:00-8:30	Desayuno	8:00-8:30	Desayuno
10:30-13:00	Entrenamiento IV Técnica de vallas Musculación	10:30-13:00	Entrenamiento VI Movilidad de vallas Potencia aeróbica con vallas 3-4x(300+200+100) Rec 1' y 6'	10:30-13:00	Entrenamiento VII Técnica de vallas Ritmo con vallas: a 17,5m a 26m y a 35m A 17,5M, A 26M Y A 35M
13:30	Comida	13:30	Comida	13:30	Comida
16:30-18:30	Entrenamiento V Arrastres 1080 (Biomecánica)	18:30-19:00	Charla I Run Clean	14:00	Salida
19:00-20:00	Reunión entrenadores Evaluación de jornada	19:00-20:00	Charla Iván Rodríguez (por confirmar)		
20:30	Cena	20:30	Cena		
21:30	Entrevistas individuales con atletas y entrenador personal	21:30	Entrevistas individuales con atletas y entrenador personal		