

CIRCULAR N° 96 / 2022

28/10/2022

**CONCENTRACIÓN SECTOR MEDIO FONDO, FONDO,
TRAIL Y RUTA****A todos los convocados e interesados.**

Art. 1º.- Preámbulo. La Federación Extremeña de Atletismo, a propuesta del Comité Técnico, desarrollando el Plan estratégico de Base del Proyecto de Tecnificación Deportiva 2022 de la FAEx, organizará los días 7, 8, 9 y 10 de diciembre una concentración del sector de Medio Fondo-Fondo-Trail-Ruta para las categorías sub16, sub 18 y sub 20.

Dicho proyecto de tecnificación está subvencionado por la Dirección General de Deportes.

Art. 2º.- Fecha y lugar: Los días 7, 8, 9 y 10 de diciembre de 2022 en la localidad de Plasencia.

Art. 3º.- Entrenadores convocados.

Responsables de la concentración: Juan Antonio Sánchez Aparicio (**CONFIRMADO**) y Remedios Márquez Gregorio (**CONFIRMADO**)

Responsable del sector medio fondo: Alejandro Carranza Huertas (**CONFIRMADO**).

Entrenador responsable del sector trail running: Manuel Núñez Vivas (**CONFIRMADO**).

Entrenador ayudante sector fondo: Antonio Luis Pacheco Vicente (**CONFIRMADO**) y Luis Mejías Sosa (**CONFIRMADO**).

Entrenador ayudante sector trail running: Miguel Madruga Vicente (**CONFIRMADO**).

Entrenadores participantes: Podrán asistir otros entrenadores extremeños (con licencia autonómica, nacional o en curso) así como entrenadores sin titulación oficial que lo deseen previa solicitud al área deportiva y sufragándose alojamiento y manutención. Se admitirá por exclusivamente el orden de inscripción y de cumplimiento de las indicaciones que le demos por correo para terminar su proceso de tramitación.

Art. 4º.- Atletas convocados.

Atletas referentes del plan estratégico de alto rendimiento del proyecto de tecnificación de la faex:

- Alvaro García (atleta invitado sector trail running) (**CONFIRMADO**)
- Yago Rojo (**CONFIRMADO**)
- Laura Luengo (**CONFIRMADO**)
- Mario Mirabel (**CONFIRMADO**)
- Mireia Pons (**CONFIRMADO**)

Atletas del plan estratégico de base convocados.

Sector Medio-Fondo**ATLETAS convocados sub16:**

- Samuel Barradas Méndez (At. Valencia Alcántara). **(CONFIRMADO)**
- Nora Rufo Martín (E. At. Plasencia). **(CONFIRMA SU AUSENCIA)**
- Esther Cotano Circujano (At. Almendralejo). **(CONFIRMADO)**
- Ezequiel Cid Barrero (At. Almendralejo). **(CONFIRMADO)**

ATLETAS convocados sub18:

- Celia Testón Romero (At Torrejoncillo). **(CONFIRMADO)**
- Sara Boulsalham. (CAPEX)
- Lázaro Carreño Rodríguez (CAPEX). **(CONFIRMADO)**
- Carlos Gaitán Mordillo (Esc. At. Plasencia). **(CONFIRMADO)**
- Daniel López Vergel (At. Torrejoncillo). **(CONFIRMADO)**
- Andrés González Pacheco (At. Olivenza). **(CONFIRMADO)**

ATLETAS convocados sub20:

- Alessandro D. Taddei Mejía (CAPEX)
- Raúl Grajera Traver (Mitreo). **(CONFIRMADO)**

Sector Fondo-Cross-Trail-Ruta**ATLETAS convocados sub16:**

- Candela Pérez Peña (Mitreo). **(CONFIRMADO)**
- Marta Lara Moruno (At. Almendralejo). **(CONFIRMADO)**
- Julia Conde Gallego (Arte Físico). **(CONFIRMADO)**
- Iker Flores Hernández (E. At. Plasencia). **(CONFIRMADO)**
- Ibai Núñez Hitos (At Miajadas). **(CONFIRMADO)**
- Iván de Pedro Arenas González (E. At. Plasencia). **(CONFIRMADO)**
- Francisco Pedrosa Plaza (Arte Físico). **(CONFIRMADO)**

ATLETAS convocados sub18:

- Andrea Buenavida Cotrina (At. Valencia Alcántara). **(CONFIRMADO)**
- Víctor Hernández Lucas (E. At Plasencia). **(CONFIRMADO)**
- Roberto Ambrosio Miguel (Arte Físico). **(CONFIRMADO)**
- Óscar Gaitán Mordillo (E. At. Plasencia). **(CONFIRMADO)**
- Laura Ordiales Pazo (Arte Físico). **(CONFIRMADO)**
- Miguel Blanco González (AD Atletas Don Benito).
- Miriam Zafra Crespo (CAPEX) **(CONFIRMADO)**.
- Mario Pacheco Nuñez (At. Olivenza). **(CONFIRMADO)**
- M^a Elena Gordillo Masero (At. Almendralejo). **(CONFIRMADO)**

ATLETAS convocados sub20:

- Naykare Rodríguez Mesa (CAPEX).
- Sheila Sardiña Preciado (C.A Badajoz). **(CONFIRMADO)**
- Sergio I. Espino (CAPEX). **(CONFIRMADO)**
- Manuel García Rodríguez (At. Plasencia). **(CONFIRMADO)**
- Pablo Reguero Samino (Arte Físico). **(CONFIRMA SU AUSENCIA)**
- Abderrahim Enjaai Bensanna (Campo Arañuelo).
- José Carlos Donoso Martín (At. Don Benito). **(CONFIRMADO)**
- Heting Chen (At. Don Benito). **(CONFIRMADO)**

Atletas participantes: Podrán asistir otros atletas extremeños sub16-18 no convocados (con licencia autonómica o nacional) hasta cubrir plazas de hotel que lo deseen, previa solicitud al correo del área deportiva y sufragándose los gastos de alojamiento y manutención. Se admitirá por exclusivamente el orden de inscripción y de cumplimiento de las indicaciones que le demos por correo para terminar su proceso de tramitación.

Artículo 5º.- Normas:

1. Los atletas deben llevar toda la ropa de la selección que disponga. Además se aconseja incluir como medida de prevención: gorro, guantes, chubasquero, etc..., y un gorro de baño obligatorio.
2. Los atletas deben llevar un pulsómetro.
3. Entregar al responsable de la concentración la autorización cumplimentada y firmada al subir al autobús.
4. Descansar adecuadamente por las noches, cumpliendo las horas indicadas por los entrenadores.
5. En caso de no tener el comportamiento adecuado para una concentración, se llamará a los padres para que vengán a recoger al atleta implicado.
6. Los atletas y entrenadores que asisten como participantes (es decir que no estaban convocados) deben abonar **150€** a la cuenta de la Federación Extremeña de Atletismo:

ES90 2080 3581 3930 4002 1560 indicado el concepto CONCENTRACIÓN DE PLASENCIA y enviar el resguardo de abono al correo del área deportiva de la FAEx antes del miércoles 2 de noviembre.

Artículo 6º.- Plan de trabajo:**Objetivos de la concentración:**

1. Conocer el entorno de la zona norte de Extremadura.
2. Generar un clima positivo de trabajo grupal.
3. Crear sinergias positivas entre todos los entrenadores extremeños.
4. Fomentar la motivación de los atletas de base a la asistencia de este tipo de actividades y el sentimiento de pertenencia a las selecciones extremeñas.
5. Dar a conocer entrenamientos menos habituales en los jóvenes atletas.

Contenidos a trabajar:

Miércoles 7 diciembre.

Tarde:

- 18.30 h Recepción e incorporación de atletas y entrenadores al hotel.
- 19:00 h Activación en pista o entrenamiento libre.
- 21:30 h Cena.
- 22:30 h Reunión informativa.
- 00:00 h Descanso.

Jueves 8 diciembre.**Mañana:**

- 9:00 h Desayuno.
- 11:00h Entrenamiento capacidad aeróbica (Vía verde).
- 14:00 h Comida.
- 15:00 h Descanso.

Tarde:

- 16:30h Entrenamiento de fuerza.
- 19:00 h Visita guiada a las catedrales de Plasencia “Las edades del hombre”.
- 20:00h Ocio por la zona centro de Plasencia o sesión de estudio personal.
- 21.30 h Cena
- 00:00 h Descanso

Viernes 9 diciembre.**Mañana:**

- 8:30 h Desayuno.
- 9:00 h Salida hacia el Valle del Jerte para realizar una sesión de entrenamiento en el parque natural de “La Garganta de los Infiernos”.
- 12:30 h Sesión recuperativa en el SPA balneario “Valle del jerte”.
- 14.30 h Comida en el balneario “Valle del Jerte”.

Tarde:

- 16:00 h Descanso
- 18:00h Charla-coloquio de los atletas invitados con la temática: “organización del atleta desde categorías menores a la élite”(centro cultural “Las Claras”).
- 19:30 h Ocio por la parte antigua de Plasencia o sesión de estudio personal.
- 21:30 h Cena.
- 00:00 h Descanso.

Sábado 10 diciembre.**Mañana:**

- 8:30h Desayuno.
- 10:30h Entrenamiento técnico y trabajo de propiocepción
- 12:30h Finalización de la actividad y regreso.

Art. 7º.- Alojamiento:

HOSTAL GOYESCO PLAZA
C/ Vinagras nº 10
10600 Plasencia (Cáceres)
(+34) 927 41 53 74

Art. 8º.- Confirmaciones. Es requisito la confirmación previa para asistir a la concentración. Todas las personas convocadas deberán confirmar si asistirán o no, antes del viernes 4 de noviembre de 2022 al correo electrónico areadeportiva@atletismo-ext.com.

La no asistencia deberá ser justificada por escrito en el correo electrónico indicado. En caso contrario, perdería la condición de atleta técnico/a para la siguiente temporada perdiendo además las ayudas de la presente temporada.

Cualquier ausencia que se detecte en el listado de atletas que cumpla los criterios, se puede indicar en el correo anterior hasta 5 días después de la publicación de la circular.

Art. 9º.- Autorización. Desde el momento en que se confirma la asistencia a la competición se entiende que los atletas lo hacen con autorización paterna.

EL SECRETARIO GENERAL



Fdo: Juan Antonio Sánchez Aparicio

ANEXO I**CONCENTRACIÓN SECTOR MEDIO FONDO/FONFO/TRAIL/RUTA/MARCHA
AUTORIZACIÓN MENORES**

En _____ a _____ de _____ de 2022

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 sea atendido por médicos o fisioterapeutas en caso necesario en beneficio de la salud de mi hijo/a.

3) Que los resultados de las pruebas complementarias u otra información necesaria se trasmita a las personas u organismos deportivos manteniéndose siempre la máxima confidencialidad.

4) Y consiento expresamente a la Federación Extremeña de Atletismo a utilizar gratuitamente 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 medios oficiales de la FAEx y de sus patrocinadores.

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.

Firmado: