

ÁREA TÉCNICA

CIRCULAR Nº 112 /2018

Madrid, 28 de diciembre de 2018

Para General Conocimiento de Clubes, Entrenadores, Atletas



CONCENTRACIÓN DE NAVIDAD PROTAMA (SUB 20, SUB 18 Y SUB 16) Y PROSEMA (SUB14) MURCIA (DEFINITIVA) DEL 2 AL 5 DE ENERO DE 2019

- SALIDA:** Miércoles 2 de enero a las 9.00 h. desde Ventas. (Salida habitual junto surtidor de gasolina). Cada atleta llevará su propia comida adecuada para un día de viaje. Deberán llevar la camiseta PROTAMA o PROSEMA. Allí se entregará una camiseta propia de la concentración
- REGRESO:** Sábado 5 de enero a las 8.30 h. (La hora de llegada será aproximadamente las 14.30 h. y podrá variar en función del tráfico).
- ALOJAMIENTO:** C.A.R. MURCIA INFANTA CRISTINA (Av. Mariano Ballester 2, 30710 Los Alcázares)
- RESPONSABLE:** MIGUEL ANGEL MARTINEZ LANGA
- ENTRENADORES:** JULIO RIFATERRA FERRER, ANTONIO GIL MONTERO, M^a ELENA MARTÍNEZ MOYA, ALBERTO MANSILLA MARTÍN

Se recuerda que es **obligatoria la entrega de la autorización** (se adjunta) por parte de los menores de edad, a los responsables, **a la subida al autobús**, de lo contrario no podrán viajar

Para cualquier incidencia en el transcurso de la concentración el teléfono de contacto será el siguiente 675 34 42 20

LISTADO DE ATLETAS ASISTENTES

AMEZCUA ALVAREZ, SARA	A.D. MARATHON
ARENAL ARRIBAS, ITZIAR	EDWARD ATHLETIC CLUB
BARBA FERNANDEZ, SARA	GO FIT ATHLETICS
BRAVO GARCIA, MARARIA	A.A. MOSTOLES
BRAVO MARTINEZ, IRENE	AT. SS. REYES - CC. MENORCA
CABRERA GOYA, PABLO	CLUB CORREDORES
CAMARERO RAMOS, JORGE	U. A. COSLADA
CANTERO PEREZ, DIEGO	LYNZE PARLA
CARBON GALLEGO, DAVID	AT. LEGANES
CORCOBADO MARTINEZ, ANDREA	A.D. MARATHON
DEL MORAL SANZ, HELENA	A.A. MOSTOLES

FIBLA GOLDMAN, DAVID	AT. COLMENAR VIEJO
GARCIA MOLINA, PAULA	POLIDEPORTIVO GETAFE
GOMEZ ALVAREZ, PAULA	A.D. MARATHON
GOMEZ DIAZ, MIGUEL	PLAYAS DE CASTELLON
GONZALEZ GALAN, CARLOTA	A.A. MOSTOLES
HERVAS CASCALES, MARINA	A.A. MOSTOLES
HERVAS RODRIGUEZ, BLANCA	GO FIT ATHLETICS
JIMENEZ MARTINEZ, HUGO	C.A.C. VILLALBA
LOPEZ MARCOS, ADRIANA	CRONOS VILLAVICIOSA DE ODON
MANFREDOTTI GARCIA, MATEO	AT. ARROYOMOLINOS
MANZANERO MARTIN, ZAIDA	C.M.A. ARGANDA
MANZANO ARMENTEROS, MARCOS	A.D. MARATHON
MARTIN RUEDA, VICTOR	C.M.A. ARGANDA
MESA MURCIANO, YAIZA	A.D. MARATHON
MUÑOZ ASENSIO, SERGIO	AT. ALCORCON
MUÑOZ DE LA ESPADA VICENTE, LUNA	A.D. MARATHON
NARANJO LOZANO, MARTA	A.D. MARATHON
NATER CURUNGAL, KAROLINA	LYNZE PARLA
ONWAMAEZE BON, NNEKA MONICA	LYNZE PARLA
PARAJUA DELGADO, ANA	LYNZE PARLA
PARREÑO DIEZ, CRISTINA	A.D. MARATHON
PASALODOS LEMOINE, MARC	A.D. MARATHON
PASTOR SANTIAGO, NATALIA	LAS ARDILLAS DE EL ESCORIAL
PEREZ KANEKO, KOJI	A.D. MARATHON
POYATOS CASTELLO, ALBA	A.A. MOSTOLES
PUERTA ABAD, JAVIER	C.M.A. ARGANDA
REVUELTA MATEOS, PABLO	COLEGIO BASE
RIFATERRA PLACED, CELIA	A.D. MARATHON
ROBLEDO MUÑOZ, LUCIA	CLUB CORREDORES
RODRIGUEZ MARIN, EMILIO	A.D. MARATHON
RODRIGUEZ SANZ, MARCO	A.D. MARATHON
ROJO MILLAN, CARMEN	HOCQUET
RUIZ JIMENEZ, PAULA	C.M.A. ARGANDA
SANZ VILLARES, ALONSO	EDWARD ATHLETIC CLUB
SNAIDER PINTOS, ASTOR	COLEGIO BASE
TREJO POVES, IRENE	A.D. SPRINT
VAQUERO CERUELO, JUDITH	C.A. TORREJON DE ARDOZ
VARELA CONDE, MANUEL	GO FIT ATHLETICS
VARGAS VICENTE, HELENA	A.D. SPRINT
VASILEV SAKALOV, NIKOLA	C.M.A. ARGANDA
VILLAR NIETO, SILVIA	AT. ALCORCON
VILLARES GALLARDO, DARIO	AT. ARROYOMOLINOS
WRUSZAK WRUSZAK, ALEKSANDRA	MARATHON ARANJUEZ
ZULUETA GARCIA, MARTIN	COLEGIO BASE

PROGRAMA CONCENTRACIÓN:

DÍA 2 ENERO

Por la mañana viaje a Murcia y comida

- distribución de los atletas en las habitaciones
- Tiempo de descanso
- Sobre las 17:00 Distribución de los atletas por especialidades, GRUPOS:
- 1 - grupo de velocidad y vallas
- 2 - grupo de medio fondo, fondo y marcha
- 3 - grupo de saltos (1)
- 4 - grupo de saltos (2)
- 5 - grupo de lanzamientos y combinadas
- A continuación primer entrenamiento en la zona del CAR DE LOS ALCÁZARES, en la playa y las zonas de entrenamiento del complejo
- Sobre las 21.00 cena
- A las 22.00 charla de planificación de la jornada y normas de convivencia
- A las 23.30 todos los atletas en sus respectivas habitaciones y revisión de habitaciones por los responsables del grupo
- A las 24.00 descanso absoluto

Día 3 ENERO

Por la mañana:

- sobre las 9 desayuno de todo el grupo
- A las 10.00 desplazamiento de todos los grupos de especialidades a las pista de atletismo de San Javier (5 kilómetros) para realizar los entrenamientos específicos de cada grupo
- 12.30 desplazamiento de regreso a la residencia
- 13.30 comida de todo el grupo en la residencia

Por la tarde:

- 14.30 a 16.30 horario de descanso y/o estudio en la zona de la biblioteca
- 17.00 entrenamiento de cada uno de los grupos en las zonas de la residencia, playa, polideportivos y pista del CAR
- De 19.00 a 21.00 horario de paseo por el pueblo de los Alcázares
- 21.00 cena de todo el grupo en la residencia del CAR
- 23.30 cada todos los atletas en sus habitaciones y revisión de las habitaciones
- 24.00 descanso absoluto

Día 4 ENERO

Se repite la programación del día 3

Día 5

- 7.30/7.45 desayuno de todo el grupo
- 8.15 revisión de las habitaciones
- 8.30 salida de regreso para Madrid
- 14/14.30 llegada a Madrid, dependiendo del tráfico

FEDERACIÓN DE ATLETISMO DE MADRID

AUTORIZACIÓN

CONCENTRACION DE NAVIDAD TECNIFICACIÓN

LUGAR: **C.A.R. MURCIA**

FECHA: **del 2 al 5 de enero de 2019**

ATLETA:

FECHA DE NACIMIENTO:

DNI:

TELÉFONO:

CLUB:

.....

AUTORIZO la asistencia a dicho campeonato a mi hijo/a, asumiendo la responsabilidad de cualquier acto, incidencia o accidente en que pudiera estar implicado durante dicha actividad, y acepto que, si la falta de disciplina así lo requiere, en cualquier momento sea devuelto a su domicilio.

Y para que así conste a los efectos oportunos firmo el presente documento.

PADRE/MADRE/TUTOR

Nombre:

DNI: _____ Teléfono móvil de contacto _____

_____, _____ de _____ de 20__

FIRMA

NORMAS PARA LOS VIAJES

Los participantes en los viajes organizados por la Federación, atletas, entrenadores y colaboradores, deben respetar las siguientes normas.

La primera y fundamental

Las relaciones entre atletas, entrenadores y colaboradores, se deben basar en el respeto mutuo y la aceptación de las diferencias individuales. Esto excluye toda violencia, lenguaje grosero, palabras y gestos insultantes o despreciativos.

Todos los atletas que participen en los viajes organizados por la Federación deben tratar de aprovechar positivamente la oportunidad que la FAM pone a su disposición, para lo cual el atleta debe:

- Cumplir el horario que se establezca
- Seguir y respetar las orientaciones y recomendaciones de los entrenadores y del personal técnico en todo momento
- Respetar los materiales e instalaciones de entrenamiento y competición
- Respetar las horas de descanso que se establezcan
- Respetar y considerar a los entrenadores teniendo en consideración las orientaciones y recomendaciones técnicas que se le indiquen
- Respetar la dignidad, integridad e intimidad de todos los participantes.
- Respetar el mobiliario y las instalaciones del lugar de alojamiento durante el viaje.
- Seguir las pautas de higiene habitual
- No practicar hábitos nocivos para la salud

Ante el incumplimiento de una de estas normas se identificarán las causas del conflicto para establecer de forma coherente las soluciones y prever futuros conflictos. De producirse una conducta contraria a la norma se comunicará a los padres y entrenador del atleta la falta cometida por su hijo/a o atleta y la corrección acordada: **(no asistencia a las próximas concentraciones, ser apartado de las selecciones autonómicas del año, así como la pérdida parcial o total de cualquier tipo de ayuda que perciba o pueda percibir del Programa de Tecnificación PROTAMA, o cualquier otro tipo de decisión que tome la dirección del mismo, incluida la exclusión de dicho PROGRAMA)**

FEDERACIÓN DE ATLETISMO DE MADRID
AUTORIZACIÓN REGRESO MEDIOS PROPIOS
CONCENTRACION DE NAVIDAD TECNIFICACIÓN

LUGAR: C.A.R. MURCIA

FECHA: del 2 al 5 de enero de 2019

ATLETA:

AUTORIZO el regreso de mi hijo/hija por MEDIOS PROPIOS.
Y para que así conste a los efectos oportunos firmo el presente documento.

PADRE/MADRE/TUTOR

Nombre:

_____, _____ de _____ de 20__

FIRMA