ÁREA TÉCNICA

CIRCULAR 12/2023

Madrid, 20 enero de 2023

Para general conocimiento de clubes, entrenadores y atletas

PROGRAMA DE TECNIFICACION DE LA FEDERACION DE ATLETISMO DE MADRID (PROTAMA)

Se adjunta el programa de tecnificación para este año PROTAMA 2023.

Cualquier cambio, modificación o subsanación de errores, se debe comunicar al correo jgarrido@atletismomadrid.com, hasta el viernes 27, pasado este plazo el listado adjunto pasará a ser definitivo

En rojo nuevas admisiones.

En amarillo datos ausentes o erróneos, que se deben comunicar en el plazo anterior mencionado.

FDO.- SANTIAGO DIEZ RODRIGUEZ
Director Técnico

Vº.Bº. ISIDRO ARRANZ JUANILLA
Presidente

Colaborador Principal GO fit
Colaboradores rasán VITHASO ECOCESTA fisiodalmat

Comunidad de Madrid

Federación Atletismo Madrid

PROTAMA

¡La excelencia del deporte!

2012 - 2023

LA TECNIFICACIÓN DE LOS JÓVENES EN ATLETISMO

INTRODUCCIÓN

- *La Federación de Atletismo de Madrid tiene como uno de sus grandes objetivos la promoción y desarrollo (proceso gradual de cambio y diferenciación desde un nivel de complejidad menor a uno mayor, crecimiento a perfeccionamiento) del atletismo en consonancia y en la línea con lo que nuestro deporte demanda en nuestros días.*
- *En el año 2012 puso en marcha un ambicioso PROGRAMA DE TECNIFICACION con excelentes resultados en todos los ámbitos y niveles. Y ahora iniciamos nuestra versión 3.2 cuando cumplimos 10 años de puesta en marcha.*
- *Es el momento de dar un impulso importante al Programa y tratar de que lo que se inició ahora hace nueve años de un salto cuantitativo y cualitativo a todos los niveles.*
- *Como consecuencia de ello se pone en marcha el PROTAMA 3.2 (LA TECNIFICACION DE LOS JOVENES EN EL ATLETISMO MADRILEÑO), dirigido a los atletas que tengan un potencial especial para este deporte y que realmente sean talentos que reúnen todas las condiciones para llegar al más alto nivel en el atletismo.*
- *El PROTAMA 3.2 va dirigido a los atletas en las categorías SUB 16 y SUB 18.*
- *Este es el gran proyecto de la FAM compartido y en colaboración con la COMUNIDAD DE MADRID para con los jóvenes y que se manifestará a través de distintos programas y dinámicas de actuación.*

PROTAMA

SUB-16 (Crecimiento)

SUB-18 (Perfeccionamiento)

- ***Entrenar para entrenar***
- ***Entrenar para competir***

A.- NUESTROS OBJETIVOS:

1.- GENERALES:

- ***A CORTO PLAZO:***

Interacción entre los distintos organismos que componen el cuerpo del atletismo para llevar a cabo un programa común con el sello personal de esta Federación.

Mejorar el rendimiento y el nivel de los jóvenes talentos del atletismo madrileño.

Seguimiento de todos los integrantes del PROTAMA.

Formación y ayudas a los entrenadores personales de los atletas

implicados en el programa para crear un buen entorno tanto técnico como motivacional.

- ***A MEDIO PLAZO:***

Consolidar el proyecto deportivo.

Conseguir que el grupo de atletas tecnificados llegue a la internacionalidad en sus respectivas categorías.

Implicar en el proyecto a los entrenadores personales de los atletas pertenecientes al plan.

Consolidación del modelo técnico de cada una de las pruebas.

- ***A LARGO PLAZO:***

Conseguir un mayor número de finalistas y medallistas en los diferentes Campeonatos Internacionales.

Conseguir que un gran número de atletas del programa llegue a la selección absoluta.

Consolidación definitiva de la estructura deportiva del programa.

B.- COMO ACCEDEMOS AL PROGRAMA

Los criterios para formar parte del programa serán los siguientes:

- *Medalla en Campeonatos de España en Pista Cubierta, SUB 16 y SUB 18.*
- *5 primeros en Campeonato de España de Cross de selecciones autonómicas SUB 16 y SUB 18.*
- *3 primeros puestos en Campeonato de España de Clubs de Cross SUB 16 y SUB 18.*
- *Medalla en Campeonato de España Individual al Aire Libre SUB 16 y SUB 18*
- *Campeón en Campeonato de España Selecciones Autonómicas al Aire Libre SUB 16 y SUB 18.*
- *Campeón en el Campeonato de España de Marcha de Invierno de promoción.*
- *Medalla en el Campeonato de España de Federaciones de Marcha en Ruta SUB 16 y SUB 18.*
- *Medalla en el Campeonato de España de invierno de lanzamientos largos de menores.*

PERMANENCIA

Para permanecer en el PROTAMA habrá que cumplir los objetivos de ingreso en el mismo anualmente, si este criterio no se cumple en dos años sucesivos se causará baja en el programa.
- Es imprescindible asistir a todas las jornadas tanto el atleta como el entrenador personal.
- Dejará de formar parte del programa todo atleta que no asista a dos jornadas sin una justificación adecuada previa.
- Por cada no asistencia a las convocatorias sin justificar el entrenador perderá el 50% del importe de las ayudas del programa.

C.- LAS OBLIGACIONES DE LOS ATLETAS:

Los atletas incluidos en el Plan de Tecnificación PROTAMA SUB-16 y el PROTAMA SUB-18 tendrán las siguientes obligaciones:

1. *Poseer licencia por la FAM y cumplimentar todos los datos y la documentación que le sean requeridos.*
2. *Asistir a las competiciones para las que sea convocado/a salvo causa justificada y comunicada previamente al Secretario del programa.*
3. *Cumplir con los entrenamientos planificados por su entrenador personal durante la temporada.*
4. *Cumplir estrictamente las normas antidopaje de la R.F.E.A y las que se deriven de la normativa de la AMA o los organismos internacionales competentes.*
5. *Ser imagen del programa en todos los ámbitos y lugares, con lo que ello conlleva.*
6. *ifundir en todos los ámbitos los VALORES DEL ATLETISMO que al final de este documente se expresan y ser un claro representante de los mismos.*
7. *El incumplimiento injustificado por parte de los atletas de cualquiera de estos puntos conllevará la pérdida de todos los derechos como integrante del PROTAMA.*

D.- OBLIGACIONES DE LOS ENTRENADORES PERSONALES:

1. *Poseer licencia por la FAM y cumplimentar todos los datos y la documentación que le sean requeridos.*

2. *Asistir a las Jornada Técnicas en las que sea convocado.*

3. *Difundir en todos los ámbitos los VALORES DEL ATLETISMO que al final de este documento se expresan y ser un claro representante de los mismos.*

4. *El incumplimiento injustificado por parte de los entrenadores de cualquiera de estos puntos conllevará la pérdida de todos los derechos económicos que le correspondan como entrenador personal de atletas del PROTAMA.*

5. *El entrenador deberá remitir al Secretario del Protama la documentación que se le solicite referente a sus atletas.*

E.- DERECHOS DE LOS ATLETAS

Los atletas incluidos en el PROTAMA podrán beneficiarse de los siguientes derechos:

1. *A participar en las Concentraciones, Campus, Viajes y Jornadas Técnicas convocadas por la FAM.*
2. *A participar en competiciones propias del Programa de Tecnificación de los Jóvenes.*
3. *A participar de cualquier tipo de control técnico, médico o de otra naturaleza que desde el Programa se pudiera concertar con cualquier organismo (pruebas de lactatos, analíticas, mediciones antropométricas, etc.).*
4. *A tener un seguimiento individualizado de su evolución por parte de los responsables del Programa.*
5. *A un asesoramiento minucioso y específico en materia antidopaje.*
6. *A solicitar su ingreso en el IES Ortega y Gasset para continuar sus estudios en los cursos 2º, 3º, 4º de la ESO y 1º de Bachillerato.*

- **E.- DERECHOS DE LOS ENTRENADORES**

- *Los entrenadores personales de los atletas incluidos en el PROTAMA podrán beneficiarse de los siguientes derechos:*
-
  - *A utilizar diferentes materiales cedidos por la FAM para el desarrollo de las sesiones de entrenamiento, según disponibilidades.*
  - *A recibir las diferentes ayudas que el Programa le pueda facilitar*
  - *A participar en todas las jornadas de Formación que se programen para su especialidad y a las que se convoque también al atleta al que entrena.*

F.- ACTIVIDADES Y ACTUACIONES A DESARROLLAR.

Las actuaciones que llevaremos a cabo se clasifican en:

1.- CONCENTRACIONES.

- *Estos Campus y Concentraciones con los atletas incluidos en el Programa tendrán una periodicidad que se establecerá cada temporada y se realizaran normalmente por categorías y en otras ocasiones por grupos de especialidades.*

- *A estas jornadas, y siempre por decisión de los responsables del Programa, se convocarán en ocasiones puntuales a atletas de especial relevancia que todavía no formen parte de este programa y que sean de interés para la Selección de la Comunidad de Madrid.*

- *Se celebrarán en las instalaciones que se indiquen para cada ocasión y tendrán el siguiente desarrollo:*

a) *Realización de los entrenamientos programados así como de una batería de test, propuestos por los responsables de grupo, cuyos resultados se anotarán en el dossier personal del atleta.*

b) *Reunión, charla, entre los entrenadores personales asistentes, centrada en los contenidos básicos del entrenamiento de esa jornada y en las actuaciones para potenciar la progresión de cada atleta en particular.*

c) *Realización por parte del responsable de la Concentración de un informe detallado, el cual será remitido al responsable del Programa conforme al modelo estipulado.*

2.- NÚCLEOS DE ENTRENAMIENTO

En algunas instalaciones específicas se establecerán núcleos de entrenamiento para el Programa de Tecnificación y que incluirá además todos aquellos atletas que a criterio de la Federación sean interesantes para la mejora del sector y que podría contar con ayudas técnicas y económicas si fuera posible en función de los componentes del mismo, pudiendo hacerlo con sus entrenadores personales.

3.- JORNADAS TECNICAS

Cada temporada se realizarán diversas Jornadas Técnicas en función de los de la disposición de fechas e instalaciones en cada uno de los casos.

A ellas asistirán los atletas y los entrenadores personales de los atletas implicados con la finalidad de:

1. *Potenciar la formación continua de los entrenadores personales de los atletas seleccionados.*
2. *Aumentar el interés de los entrenadores por el Programa de Tecnificación.*
3. *Favorecer las condiciones de entrenamiento de los Entrenadores facilitándoles medios para el control y desarrollo del mismo.*
4. *Seguir la evolución deportiva de los atletas incluidos en el Programa, a través de los responsables técnicos de cada Federación los cuales mantendrán una estrecha relación con los entrenadores personales de dichos atletas, analizando las circunstancias que pudieran afectar a los objetivos establecidos.*

G.- ENTRENADORES PERSONALES DE LOS ATLETAS

1) *Será imprescindible tener diligenciada licencia como entrenador por la FAM.*

2) *Por otra parte, los entrenadores fomentarán una adecuada orientación hacia el máximo rendimiento deportivo y obtención de resultados en competición, debiendo trasmitir a los jóvenes atletas valores relacionados con la tolerancia, el compañerismo y el juego limpio en el deporte y en la vida.*

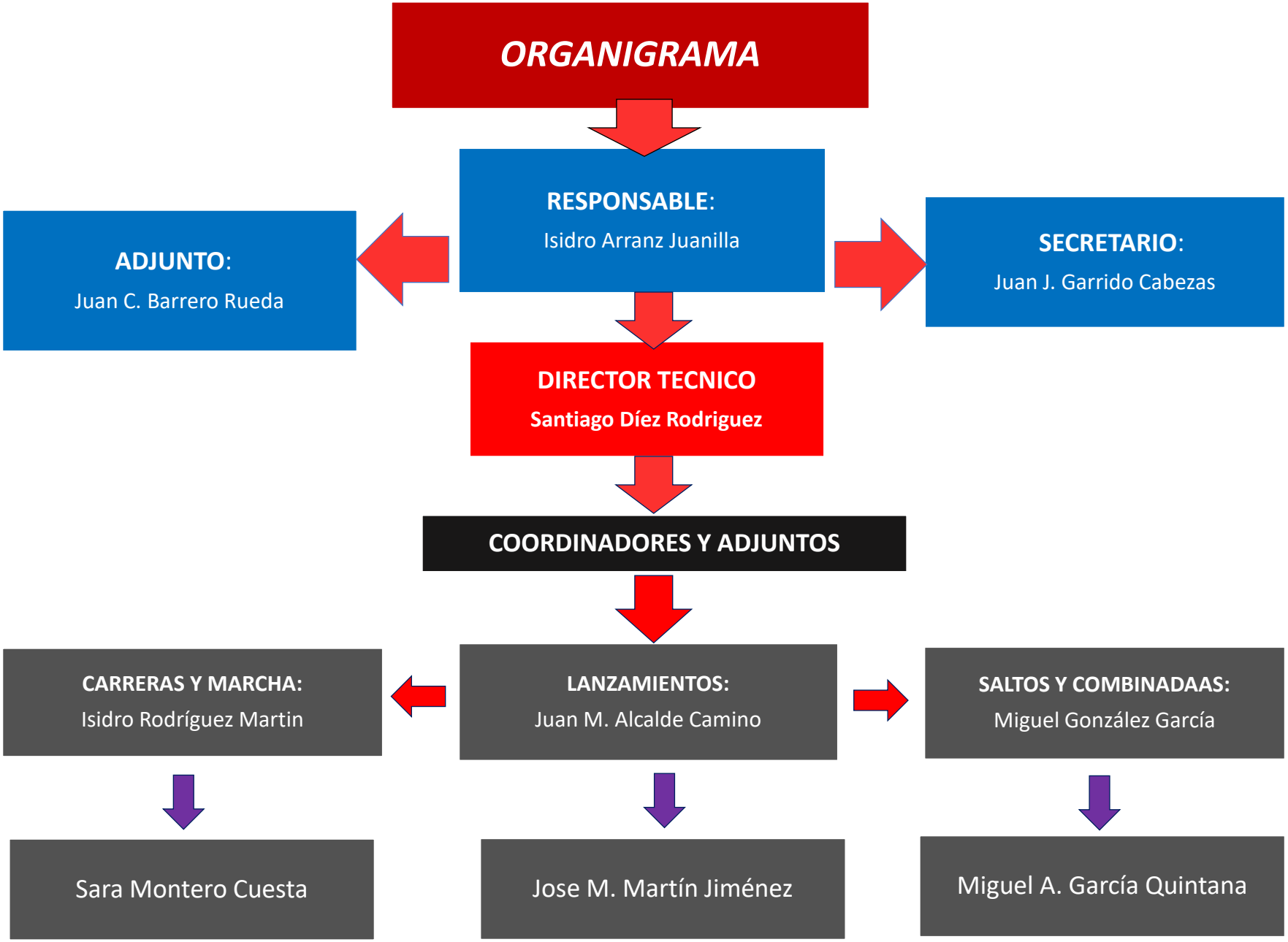
3) *Se pretende que los entrenadores se encuentren familiarizados con las metodologías más actuales, participando en actividades de formación continua, ya que repercutirá beneficiosamente en los resultados de sus atletas.*

4) *Así mismo las ayudas se verán afectadas por no cumplir los objetivos del programa en su totalidad o la no asistencia a actos y jornadas programadas para el atleta y su entrenador personal.*

H.- ATLETAS

El programa está destinado a atletas de las categorías SUB 16 y SUB 18 conforme a los criterios objetivos y científico-técnicos establecidos por la dirección técnica, incluidos en este programa.

En los citados criterios se valorarán la aptitud y la actitud, demostradas y relacionadas con la práctica del atletismo, así como su proyección de futuro.


ORGANIGRAMA
RESPONSABLE:
Isidro Arranz Juanilla
ADJUNTO:
Juan C. Barrero Rueda
SECRETARIO:
Juan J. Garrido Cabezas
DIRECTOR TECNICO
Santiago Díez Rodriguez
COORDINADORES Y ADJUNTOS
CARRERAS Y MARCHA:
Isidro Rodríguez Martin
LANZAMIENTOS:
Juan M. Alcalde Camino
SALTOS Y COMBINADAAS:
Miguel González García
Sara Montero Cuesta
Jose M. Martín Jiménez
Miguel A. García Quintana

ATLETAS PROTAMA

SUB-18 (2006-2007)				
APELLIDOS, NOMBRE	**AÑO**	**CLUB**	**MERITOS**	**ENTRENADOR**
ALVAREZ ZAMORANO, MARIO	2006	C.D. TAJAMAR	MEDALLA PERTIGA	MIGUEL ABAD ZORZO
ALVAREZ NOGAR, MARIA BELEN	2007	AT. ALCORCON	RANKING DISCO	JOSE MANUEL MARTIN JIMENEZ
BARRIOS FERNANDEZ, MARIA	2007	AT. LEGANES	MEDALLA TRIPLE P.C.	EDUARDO CALLEJA HERNANDEZ
BLANCO REPILA, ADRIANA	2006	C.D. BASE	MEDALLA 3000 ML.	DANIEL BARROSO SAEZ
BONDJALE HINESTROSA, PAULA NGOYE	2007	AT. LEGANES	MEDALLA INVIERNO DISCO	EDUARDO CALLEJA HERNANDEZ
BRAVO MARTINEZ, IRENE	2006	AT. ALCORCON	MEDALLA COMBINADAS	SARA RODRIGUEZ NAVARRO
CAMARERO RAMOS, JORGE	2006	U.A. COSLADA	MEDALLA LONGI	RAMON CARBALLO JIMENEZ
CUESTA PASCUAL, DAVID	2007	C.D. TAJAMAR	MEDALLA PERTIGA P.C.	MIGUEL ABAD ZORZO
DEL MORAL SANZ, HELENA	2007	A.A. MOSTOLES	RANKING ALTURA	ALFONSO MANSILLA JAROSO
DIAZ GARCIA, CARLOS	2006	AT. ALCORCON	MEDALLA MARTILLO	EMILIANO DÍAZ GARCÍA
DIAZ MONTILLA, IKER	2007	AT. COLMENAR VIEJO	RANKING ALTURA	EDUARDO RODRIGUEZ LOBO
ESPINOSA OLIVARES, MIGUEL	2006	GO FIT ATHLETICS	MEDALLA MARCHA	SAMUEL GINES GIJON
FERNANDEZ PASTOR, MARCOS	2007	CMA. ARGANDA	MEDALLA COMBINADAS P.C y A.L.	JONATHAN DELGADO LUCIO
GARCIA RAMIREZ, CARLA	2007	AT. ALCORCON	MEDALLA LONGITUD	JUAN CARLOS BARRERO RUEDA
GONZALEZ GRANADOS, JOAQUIN	2007	A.D. SPRINT	MEDALLA ALTURA P.C.	LAURA MARTIN LOPEZ
GONZALEZ PASCUAL, JAVIER	2006	E.D. SANTANDER	RANKING COMBINADAS	SANTOS DE ANDRES ANDRADAS
LOPEZ OGOSE, EMILIO AKIRA	2006	E.D. SANTANDER	RANKING VALLAS	SANTOS DE ANDRES ANDRADAS
MANFREDOTTI GARCIA, MATEO	2007	AT. ARROYOMOLINOS	RANKING 80 MV.	CARMEN SANCHEZ GUERRA
MANZANO ARMENTEROS, MARCOS	2007	A.D. MARATHON	RANKING 2000 MARCHA	SERGIO SANCHEZ PALANCAR
MARTINEZ MARTIN, LAURA	2006	AT. ALCORCON	MEDALLA COMBINADAS-LONGITUD	JUAN CARLOS BARRERO RUEDA
MERENCIO ARANDA,PABLO	2006	POLIDEPORTIVO GETAFE	RANKING 300 ML.	IGNACIO MARTIN TREJO CARMONA
MORENO NDONG, AUDACIA AMADA	2006	MELIZ SPORT	RANKING 300 ML.	PEDRO FIGUEROA MONTERO
PALANCAR GONZALEZ, ISABEL	2007	A.D. SPRINT	RANKING JABALINA	MONTSERRAT FERNANDEZ MULLERAS
PEREZ KANEKO, KOJI	2006	A.D. MARATHON	MEDALLA 60 ML.-100 ML.	JORGE LOZANO IGLESIAS
ROBLEDO MUÑOZ, LUCIA	2007	CLUB CORREDORES	MEDALLA COMBINADAS	FERNANDO TOQUERO MARTINEZ
RODRIGUEZ IGBINOMWANMIA. SAMUEL CHUCKWENEKA	2007	VALDEIGLESIAS M. B.	MEDALLA 300 ML P.C.	ALICIA MARTIN BERLANAS
ROJO MILLAN, CARMEN	2007	A.D. SPRINT	RANKING 220 MV.	MONTSERRAT FERNANDEZ MULLERAS
RUBIO GONZALEZ, DANIELA	2006	A.A. MORATALAZ	MEDALLA 3000 ML. P.C.	JESUS RAMOS REVIEJO
RUIZ JIMENEZ, PAULA	2006	CMA. ARGANDA	RANKING COMBINADAS	JONATHAN DELGADO LUCIO
SALCEDO MARTIN, MARCOS	2007	AJALKALA	MEDALLA INVIERNO DISCO	LUCIA BARONA FERNANDEZ
SNAIDER PINTOS, ASTOR	2006	C.D. BASE	RANKING TRIPLE	JORGE LOZANO IGLESIAS
VIVES DE LA CORTADA ALVAREZ-CASCOS, Mª DOLORES	2006	CLUB CORREDORES	RANKING TRIPLE	FERNANDO TOQUERO MARTINEZ

SUB-16 (2008-2009)

APELLIDOS, NOMBRE	AÑO	CLUB	MERITOS	ENTRENADOR
CABRERA GOYA, MARIA	2008	CLUB CORREDORES	RANKING ALTURA	ALEJANDRO ARIAS TOME
CHIRINOS ASALDE, CAYETANA	2008	MELIZ SPORT	MEDALLA LONGITUD P.C.	LUIS FELIPE MELIZ LINARES
DE ARRIBA CASTILLA. MIGUEL	2008	A.D.SPRINT	RANKING MARCHA	SAMUEL GINES GIJON
ESPESO CANTOLLA, DIEGO	2008	A.D. SPRINT	MEDALLA TRIATLON	LAURA MARTIN LOPEZ
FERNANDEZ OLIVER, HUGO	2008	A.A.MOSTOLES	RANKING 80, 150 ML	DUNIA MARTIN GARCIA
GUERRRA CHAVES, NICOLAS STANISLAS	2008	AT. MORALZARZAL	RANKING TRIPLE	MONTSERRAT FERNANDEZ MULLERAS
HERNANDEZ MORENO, LUIS MIGUEL	2008	AT. MORALZARZAL	MEDALLA TRIATLON	MONTSERRAT FERNANDEZ MULLERAS
HERNANDEZ SERRANO, HUGO	2008	U.A. COSLADA	RANKING 80, 150 ML	ELENA HERNANDEZ APESTEGUIA
MEDINA VELASCO, MILIYON	2008	A.D. SPRINT	MEDALLA TRIATLON	LAURA MARTIN LOPEZ
MIER MARDOMINGO, CLAUDIA	2008	A.D. MARATHON	RANKING MARCHA	ALVARO FERNANDEZ GARCIA
MORENO NDONG, NAZARET BERNARNDA	2008	MELIZ SPORT	RANKING 80 ML, 150 ML, 500 ML	LUIS FELIPE MELIZ LINARES
PAYNE SEYLLER, LANDER	2009	C.BASE	MEDALLA TRIATLON SUB 14	
SANZ RUIZ, ALEJANDRO	2008	AT. MOSTOLES	RANKING MARCHA	ALBERTO MANSILLA MARTIN

Federación Atletismo Madrid

PROTAMA

PROTAMA

PROTAMA

PROTAMA

Comunidad de Madrid