



ALT RENDIMENT CATALÀ 2025/2026

Què són els Programes d'Alt Rendiment? Quins beneficis aporta? Qui hi pot accedir? Quins requisits es sol·liciten?

Els programes d'Alt Rendiment Català (ARC) van dirigits a aquells i aquelles joves esportistes que, per les seves qualitats físiques i psicològiques, tenen una significativa projecció esportiva. A tots ells se'ls ofereix unes condicions específiques per desenvolupar la seva carrera esportiva, amb professionals i serveis que garanteixin unes òptimes condicions d'entrenament i desenvolupament integral.

Els programes ARC, promoguts per federacions catalanes, estan impulsats per la Generalitat de Catalunya mitjançant el Consell Català de l'Esport i executats per les federacions.

En el cas de la Federació Catalana de Triatló, el programa ARC compren les modalitats de Triatló principalment i Duatló i Aquatló en categories inferiors.



TIPUS DE PROGRAMA

Qualsevol esportista ARC ha de pertànyer a un dels 3 tipus de programes existents, varien en funció dels resultats i l'edat.

Esportista PERFECCIONAMENT

Aquells esportistes en categoria CADET (14 - 15 anys).

Primer esglaó dels programes ARC. Els futurs esportistes d'aquest programa son proposats per els seus clubs, que traslladen la petició al Tècnic de la FCTRI que és qui decidirà en funció dels criteris establerts si aquell esportista entera o no al programa.

Aquest programa dona accés al certificat de tecnificació del Consell Català de l'Esport i que permet realitzar una adaptació curricular.

Esportista FUTUR :

Aquells esportistes en categories JUVENILS, JUNIORS, SUB23 i ABSOLUTS que pasen a rebre una beca que dona accés a una sèrie d'avantatges acadèmics i de disponibilitat de serveis diversos. Aquest programa permet obtenir un certificat d'esportista d'Alt Rendiment del Consell català de l'Esport.

Esportista ALT NIVELL L'últim esglaó al que pot accedir un esportista català dins del programa ARC, reservat per aquells esportistes JUNIOR, SUB 23 i ABSOLUTS amb opcions d'aconseguir resultats destacats.



S'aconsegueix la condició d'Alt Nivell mitjançant una sèrie de punts que s'obtenen a partir dels resultats individuals en competicions homologades pel CCE, i aquets s'avaluen segons els paràmetres establerts pel Decret 337/2002 de 3 de desembre, sobre l'alt rendiment esportiu.

La continuïtat de l'esportista dins d'aquest programa ARC dependrà dels mèrits esportius obtinguts a partir d'aquell moment i dels criteris seguits per la FCTRI

AVANTATGES I SERVEIS DELS PROGRAMES ARC

Els principals avantatges dels programes ARC són de caire acadèmic, permetent una adaptació curricular que contempla:

- Reconèixer la matèria d'educació física i/o matèries optatives
- Justificar l'absència a classes durant uns campionats o entrenaments oficials (FCTRI)
- Esportistes AN, reservar el 3% de les places a tots els estudis de grau i un 5% als estudis de Fisioteràpia, Educació Primària i Ciències de l'Activitat Física i de l'Esport.
- En el cas del grau de CAFE s'està exempt de realitzar les proves d'aptitud personal (PAP).

CERTIFICATS D'ESPORTISTA

- Certificat de Tecnificació: El poden demanar els esportistes ARC per fer l'adaptació curricular a l'etapa d'ESO i Batxillerat.

La sol·licitud es realitza mitjançant el CCE durant el primer trimestre del curs i només per aquells que estan actius dins el programa i tenen una antiguitat mínima d'un any.

- Certificat d'Alt Rendiment: Aquest va destinat als esportistes (Futur) que estiguin becats a centres de tecnificació homologats pel CSD així com als Esportistes AN.



SERVEIS

Tots els serveis destinats als esportistes ARC hauran de ser sempre acceptats i demanats a través de la FCTRI.

- Beques d'allotjament i manutenció a les residències esportives
- Servei d'atenció assistencial en les àrees de medicina, infermeria, optometria, podologia i fisioteràpia.
- Servei d'atenció tècnica en ciències de l'esport en àrees de psicologia, fisiologia, nutrició i biomecànica.
- Servei d'atenció a l'esportista suport en la formació en la vessant acadèmica i/o professional.
- Servei d'informació i orientació per la inserció laboral.

CRITERIS ESPORTIUS

Des de la direcció Tècnica de la FCTRI s'estableixen una sèrie de criteris per tal de facilitar l'avaluació i el seguiment dels diferents esportistes i poder així decidir quins d'ells podran entrar dins del programa ARC descrits anteriorment. A la vegada aquets criteris serviran per poder establir uns objectius de resultats per a cada categoria.

Entraran en el programa ARC tots aquells triatletes que sumin suficients punts dins dels criteris establerts per la seva categoria.

INFANTILS – 8 punts

CADETS – JUVENILS – JUNIORS – 10 punts

SUB 23 i ABSOLUTS – 10 punts

PARATRIATLO – 10 punts



Dins els criteris de categories CD,JV,JN s'inclou la Toma Nacional de Tiempos, aquells qui compleixin les mínimes marcades sumaran els punts pertinents, les mínimes son les següents:

CADETS	CURSA A PEU 1,6km	NATACIO 300m
Femení	6'00	4'10
Masculí	5'10	3'55
JUVENILS		
Femení	5'50	4'00
Masculí	5'00	3'40
JUNIOR		
Femení	5'40	3'50
Masculí	4'50	3'25



*En el cas dels Absoluts les jornades de test estan per definir

CONSIDERACIONS

- La categoria Infantil no entra dins el programa ARC però sí dins el seguiment de la tecnificació de la FCTRI.
- Sumen les proves durant la temporada natural de 1 de gener fins 31 de desembre. Es presentarà una primera llista a principis d'octubre i a finals de desembre es podran afegir o modificar per tal de tenir el llistat complet amb les últimes proves de l'any.
- El Tècnic de la FECTRI es reserva el dret a entrar o treure esportistes de la llista per motius extraesportius (disciplina, lesió de llarga durada, estudis, etc) sempre amb el consentiment de la comissió tècnica.
- El programa ARC acull aquells esportistes amb projecció de resultats o resultats dins del TRIATLÓ, és té en compte però que en categories inferiors les disciplines de duatló i aquatló poden tenir certa rellevància i poden ser útils per a detectar possibles talents. A mesura que s'avança d'edat aquestes disciplines van restant importància.



INFANTILS	CNC Triatló		CNC Duatló		CNC Aquatló			
Resultats	Podi	Victoria	Podi	Victoria	Podi	Victoria		
Punts	4	8	3	6	3	6		

CADETS	Camp Esp SS			Camp Esp Duatló			Camp Esp Aquatló		
Resultats	Top 16	Top 8	Top 3	Top 16	Top 8	Top 3	Top 16	Top 8	Top 3
Punts	5	10	15	3	6	9	3	6	9
	CNC Triatló		CNC Duatló		CNC Aquatló		TDT		
	Podi	Victoria	Podi	Victoria	Podi	Victoria	Min R	Min S	
	4	8	2	4	2	4	3	3	

JUVENILS	Conv FETRI INT	Camp Esp S i SS			Camp Esp Duatló			Camp Esp Aquatló		
Resultats	Conv FETRI	Top 16	Top 8	Top 3	Top 16	Top 8	Top 3	Top 16	Top 8	Top 3
Puntuació	15	5	10	15	3	6	9	3	6	9
	CNC Triatló SS/S		CNC Duatló		CNC Aquatló		TDT			
	Podi	Victoria	Podi	Victoria	Podi	Victoria	Min R	Min S		
	4	8	2	4	2	4	3	3		

JUNIORS	Conv Camp Mon/Eu	Copa Europa Abs			Copa Europa Junior			Mundial Duatló			Europeu Duatló				
Barems	Conv FETRI	Top 16	Top 8	Top 3	Top 16	Top 8	Top 3	Conv FETRI	Top 8	Top 3	Conv FETRI	Top 8	Top 3		
Puntuació	20	15	20	25	10	15	20	3	6	12	2	5	10		
	Camp Esp S i SS			Camp Esp Duatló			Camp Esp Aquatló			Autonomic		CNC Triatló S/SS	TDT		
	Top 16	Top 8	Top 3	Top 16	Top 8	Top 3	Top 16	Top 8	Top 3	Participar	Top10	Podi	Victoria	Minima R	Minima S
	5	10	15	2	4	8	2	4	8	5	8	4	8	3	3

SUB 23 i ABS	Camp Mon				Camp Europeu				WTS				Copa del Mon			Copa Europa			
Result	Conv FETRI	Top16	top8	Podi U23	Conv FETRI	Top16	top8	Podi U23	Conv FETRI			Top 16	top 8	Conv FETRI	Top 16	top 8	Top25	Top16	Top 8
Punts	10	20	40	25	8	15	30	20	8			15	30	6	12	20	4	8	15
	Mundial Duatló				Europeu Duatló				Camp Esp OL /S				Autonomic		CNC SS/S / OL				
	Conv FETRI	Top 16	Top8	Podi U23	Conv FETRI	Top 16	Top8	Podi U23	Top 8	Top 3	Victoria	Podi U23	Vic U23	Participar	Top 10	Vic	Vic U23		
	3	6	10	8	2	4	8	6	8	12	15	5	8	5	8	4	2		

PARATRIATLÓ	Camp Mon				Camp Europeu				WTS				Copa del Mon		
Resultats	Conv FETRI	Top5	top3	Vic	Conv FETRI	Top5	top3	Vic	Top5	top3	Vic		Top5	top3	Vic
Punts	6	12	16	20	4	10	12	15	8	10	12		5	8	10
	Copa Europa				Mundial Duatló				Camp Esp OL /S				CNC S / OL		
	Top5	top3	Vic	Top 3	Vic	Top 3	Vic	Top 3	Vic						
	4	6	8	3	5	3	5	3	5						



LLISTAT ARC 25/26	CLUB	PUNTUACIÓ
INFANTILS MASCULI		
ALEX ROMEO PLANAS	L'3SCOLA KATOA	16
DANIEL LERIN GRACIA	FASTTRIATLON CLUB NATACIÓ BARCELONA	8
INFANTILS FEMENI		
DANIELA ESTORNELL PRADELL	CLUB TRIATLÓ CORNELLA	24
LUCIA DURAN VIEDA	CLUB TRIATLÓ CORNELLA	10
GALA CARNERO GARCIA	AD NAUTICO DE NARON	CT
CADETS MASCULI		
DAVID LLORENTE ESPADA	CLUB TRIATLÓ CORNELLA	28
ASIER OVIEDO AGUILERA	CLUB TRIATLÓ CORNELLA	12
ROGER ARIAS SOLÉ	CLUB ESPORTIU TRIPLAY PRAT	10
MAXIME DOS SANTOS LÓPEZ	FLOR DE TRIATLÓ PLATJA LLARGA	CT
CADETS FEMENI		
BERTA ROMERO LUQUE	FLOR DE TRIATLÓ PLATJA LLARGA	33
ARIADNA IVARS LEON	CLUB NATACIÓ BARCELONA FASTTRIATLON	31
ARIADNA FERNANDEZ CABEZAS	FLOR DE TRIATLÓ PLATJA LLARGA	22
VEGA CARNERO GARCIA	AD NAUTICO DE NARON	CT
NEUS CIRUELOS DE LA FUENTE	FLOR DE TRIATLÓ PLATJA LLARGA	CT
NATALIA FIGUERAS SANZ	CLUB NATACIÓ BARCELONA FASTTRIATLON	CT
ANDREA LERIN GARCIA	CLUB NATACIÓ BARCELONA FASTTRIATLON	CT
JUVENILS MASCULI		
ARCADI SALA CARBASSE	FLOR DE TRIATLÓ PLATJA LLARGA	49
ROGER LÓPEZ BELTRA	CLUB NATACIÓ BARCELONA FASTTRIATLON	16
PAU GOMBAU CARRASCO	FLOR DE TRIATLÓ PLATJA LLARGA	15
PAU LLORENTE CHAMORRO	CLUB TRIATLÓ CORNELLA	CT
ROGER SÁNCHEZ HERNÁNDEZ	CLUB NATACIÓ MANRESA	10
JUVENILS FEMENI		
MARTA PARDILLOS FERNANDEZ	CLUB ESPORTIU KATOA BARCELONA	42
MARTA LUQUE PATRICIO	CLUB TRIATLÓ CORNELLA	35
ELSA CARNERO GARCIA	AD NAUTICO DE NARON	20
DUNE FERRAN VILADIU	FLOR DE TRIATLÓ PLATJA LLARGA	13
NADINA PERI ROMA	CN TARRACO	CT
LAIA FERRER CORACHAN	TRIATLON SQUALI CARABANCHEL	CT
JUNIORS MASCULI		
ADRIA CANTIL DOMENECH	CIDADE LUGO FLUVIAL	22
ALEJANDRO LOPEZ GARCIA	PRAT TRIATLO 1994	24
ALVARO GALLARDO LARA	PRAT TRIATLO 1994	CT
ALEX GARCIA VILASECA	CLUB ESPORTIU KATOA BARCELONA	CT
JUNIORS FEMENI		
NUR ORTEGA	UA ALICANTE	38
ABSOLUTS MASCULI		
MIQUI RIERA Blesa	ALUSIGMA PEÑOTA DENTAL	10
PAU NOGUERA SALMERÓN	INFORHOUSE SANTIAGO	31
ALBERT GARCIA SERRA	CLUB ESPORTIU KATOA BARCELONA	16
ERNEST LÓPEZ PUIGVERT	ALUSIGMA PEÑOTA DENTAL	CT
GENÍS GRAU PLANA	CIDADE LUGO FLUVIAL	45
BIEL COLOMINA RODRÍGUEZ	CLUB ESPORTIU KATOA BARCELONA	CT
GUILLEM MONTIEL	CIDADE LUGO FLUVIAL	CT
MAX SANCHEZ GONZALEZ	PRAT TRIATLO 1994	CT
ABSOLUTS FEMENI		
ANNA GODOY CONTRERAS	CLUB NATACIÓ BARCELONA FASTTRIATLON	30
GEMMA FRIGOLA GARCIA	PRAT TRIATLO 1994	17
NURIA NOGUERA SALMERÓN	CLUB ESPORTIU KATOA BARCELONA	10
CLARA AULINAS PRAT	CLUB ESPORTIU KATOA BARCELONA	12
LAIA RIUDAVETS VICTORY	CLUB NATACIÓ MATARO	10
IVETTE SANCHEZ AIMERICH	CLUB ESPORTIU KATOA BARCELONA	CT
ANNA ONIEVA	CLUB ESPORTIU KATOA BARCELONA	CT