



ALT RENDIMENT CATALÀ

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 pesen 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'aquet 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 del programa 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

U23 – ABSOLUTS – 12 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 per el PEAT (Programa de Entrenamiento Avanzado) de la FETRI sumaran els punts pertinents, les mínimes son les següents:

CADETS	CURSA A PEU 1km	NATACIÓ 100m
Femení	3'30"00	1'15"00
Masculí	3'00"00	1'09"00
JUVENILS		
Femení	3'22"00	1'12"00
Masculí	2'50"00	1'07"00
JUNIORS		
Femení	3'15"00	1'08"00
Masculí	2'45"00	1'04"00

Per a la categoria Infantil es tindrà en compte la presa de temps organitzada per la FCTRI amb les següents mínimes

INFANTILS	CURSA A PEU 1km	NATACIÓ 200m
Femení	3'38"00	2'45"00
Masculí	3'20"00	2'35"00

*la temporada 22/23 la prova de natació serà de 100m igual que la resta de categories

Tècnic FCTRI: Eduard Massò Grabulosa



CONSIDERACIONS

- La categoria Infantil no entra dins el programa ARC però sí dins el seguiment de la tecnificació de la FCTRI.
- Suma la millor prova de cada nivell 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 TRIATLO, és te 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.

PUNTUACIÓ

INFANTILS	CNC Triatló		CNC Duatló		CNC Aquatló		TDT	
Resultats	Podi	Victoria	Podi	Victoria	Podi	Victoria	Min R	Min S
Punts	4	8	3	6	3	6	3	3

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			CNC Triatló S/SS		TDT	
	Top 16	Top 8	Top 3	Top 16	Top 8	Top 3	Top 16	Top 8	Top 3	Podi	Victoria	Minima R	Minima S
	5	10	15	2	4	8	2	4	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				CNC S / OL		TEST		
	Conv FETRI	Top 16	Top8	Podi U23	Conv FETRI	Top 16	Top8	Podi U23	Top 8	Top 3	Victoria	Podi U23	Vic U23	Vic	Vic U23	Min R	Min S
	3	6	10	8	2	4	8	6	8	12	15	5	8	4	2	3	3

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		Europeu		Camp Esp OL		CNC S / OL				
	Top5	top3	Vic	Top 3	Vic	Top 3	Vic	Top 3	Vic	Vic				
	4	6	8	3	5	3	5	3	5	2				



ENLLAÇOS IMPORTANTS

- Sol·licitud del Certificat d'esportista

<https://web.gencat.cat/ca/tramits/tramits-temes/Sollicitud-del-certificat-desportista-dAlt-Rendiment-o-de-Tecnificacio?category>

- Decret DOGC

<https://dogc.gencat.cat/ca/document-del-dogc/?documentId=290852>

- Document de la Normativa Reguladora d'alt Rendiment Esportiu

https://www.fceh.cat/wp-content/uploads/2016/11/DOC-Alt_Rendiment-1.pdf

- Esportistes Alt Nivell i Paràmetres

https://esport.gencat.cat/ca/arees_dactuacio/alt-rendiment-i-esport-federat/esportistes-dalt-nivell/

LLISTAT INTEGRANTS PROGRAMA ARC 2022-2023

COGNOM 1	COGNOM 2	NOM	CATEGORIA	CLUB 21/22	PUNTS
Rodríguez	Palet	Marc	PARATRIATLO	TRITLÓ GIRONA COSTA BRAVA TRADEIN	CT
García	Serra	Albert	JVM	CLUB NATACIO BADALONA	31
López	García	Alejandro	JVM	CLUB ESPORTIU PRAT-TRITLÓ	16
Espinosa	Valera	Alex	JVM	CLUB NATACIO BANYOLES	13
Colomina	Rodríguez	Biel	JVM	ASSOCIACIO ESPORTIVA FLOR DE TRIATLO	31
Sánchez	González	Max	JVM	CLUB ESPORTIU PRAT-TRITLÓ	12
Alonso	Bernardez	Oriol	JVM	ASSOCIACIO ESPORTIVA FLOR DE TRIATLO	16
Palomino	Raffo	Teo	JVM	ASSOCIACIO ESPORTIVA FLOR DE TRIATLO	11
Arillo	Solis	Alexandra	JVF	ASSOCIACIO ESPORTIVA FLOR DE TRIATLO	32
Ciruelos	De La Fuente	Carla	JVF	GAVA TRIATLO	12
Ortega	Isern	Nur	JVF	ASSOCIACIO ESPORTIVA FLOR DE TRIATLO	42
Planas	Vilagran	Biel	JNM	CLUB NATACIO BANYOLES	CT
Llauradó	Vernet	Cesc	JNM	ASSOCIACIO ESPORTIVA FLOR DE TRIATLO	16
Riera	Blesa	Miqui	JNM	DIABLILLOS DE RIVAS	23
Bruguera	López	Berta	JNF	CLUB ESPORTIU KATOA BARCELONA	10
Moragas	Molina	Helena	JNF	CIUDAD DE LUGO FLUVIAL	41
Noguera	Salmeron	Nuria	JNF	CLUB ESPORTIU KATOA BARCELONA	20
Cantil	Domenech	Adrià	CDM	CLUB DE NATACIO BARCELONA	25
Sala	Carbasse	Arcadi	CDM	ASSOCIACIO ESPORTIVA FLOR DE TRIATLO	25
Navarro	Galan	Marc	CDM	ASSOCIACIO ESPORTIVA FLOR DE TRIATLO	14
Ferrán	Viladiu	Dune	CDF	CLUB NATACIO BANYOLES	25
Lladó	Pastor	Estel	CDF	CLUB DE NATACIO BARCELONA	13
Malhotra	Mallabiaba	Lucia	CDF	CLUB DE NATACIO BARCELONA	12
Grau	Plana	Genis	ABM	CLUB TRIATLON ISBILYA	51
Montiel	Moreno	Guillem	ABM	CIUDAD DE LUGO FLUVIAL	26
García	Gràcia	Jordi	ABM	CLUB NATACIO BADALONA	16
Gonzalez	Garcia	Juan	ABM	ASSOCIACIO ESPORTIVA FLOR DE TRIATLO	16
Noguera	Salmeron	Pau	ABM	ALUSIGMA PEÑOTA DENTAL TRIATLON	12
Godoy	Contreras	Anna	ABF	CIUDAD DE LUGO FLUVIAL	56
Aulinas	Prat	Clara	ABF	CLUB ESPORTIU KATOA BARCELONA	12
Casals	Mojica	Maria	ABF	CIUDAD DE LUGO FLUVIAL	37
Romance	Oms	Marta	ABF	INDEPENDENT	22
Aguayo	Mauri	Sofia	ABF	CLUB ESPORTIU PRAT-TRITLÓ	33



GRUP SEGUIMENT INFANTILS (NO PROGRAMA ARC)

Ferrer	Corachan	Laia	INFF	C.E. TRIPLAY PRAT	16
Salomon	Pagespetit	Maia	INFF	CLUB ESPORTIU PRAT-TRIATLO	13
Pardillo	Fernández	Marta	INFF	C.N. TARRACO	20
Perez	Rodriguez	Marc	INFM	CLUB DE NATACIO BARCELONA	11
Rivero	Martinez	Pau	INFM	C. TRIATLO MONTORNES	12