



## **ALT RENDIMENT CATALÀ 2023-2024**

### **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.

Tècnic FCTRI: Eduard Massó Grabulosa



## **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 – 12 punts

PARATRIATLÓ – 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 100m
Femení	3'38	1'20
Masculí	3'20	1'15

\*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 complert 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		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 / Aquatló				Europeu Duatló / Aquatló				Camp Esp OL / S			Autonomic		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	Participació	Top 10	Vic	Vic U23	Min R	Min S
	3	6	10	8	2	4	8	6	8	12	15	5	8	6	10	4	2	2	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		Europeu Duatló / Aq		Camp Esp OL / S		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				

Tècnic FCTRI: Eduard Massó Grabulosa



<b>INFANTILS (SEGUIMENT)</b>		
DAVID LLORENTE ESPADA	CLUB TRIATLO CORNELLA	14
NEUS CIRUELOS DE LA FUENTE	GAVA TRIATLO	20
ARIADNA FERNANDEZ CABEZAS	C.E. TRIPLAY PRAT	10
<b>CADET MASCULI</b>		
HÉCTOR BARRIOS HERNÁNDEZ	C.N. BADALONA	14
BRUNO SANCHEZ GONZALEZ	PRAT TRIATLO 1994	12
ARCADI SALA CARBASSE	FLOR DE DIABLILLOS	37
PAU GOMBAU CARRASCO	C.N. SABADELL	21
<b>CADET FEMENI</b>		
ELSA CARNERO GARCIA	INDEPENDENT	29
DUNE FERRAN VILADIU	C.N. BANYOLES	10
LAIA FERRER CORACHAN	FLOR DE DIABLILLOS	13
MARTA PARDILLOS FERNÁNDEZ	C.N. TARRACO	24
<b>JUVENIL MASCULI</b>		
ADRIA CANTIL DOMENECH	C.N. BARCELONA	13
ALEJANDRO LOPEZ GARCIA	PRAT TRIATLO 1994	55
ALVARO GALLARDO LARA	PRAT TRIATLO 1994	20
ALEIX GARCIA VILASECA	CE KATOA BARCELONA	13
CESC PARRAMONA TORRES	PRAT TRIATLO 1994	CT
ORIO ALONSO BERNARDEZ	FLOR DE DIABLILLOS	CT
<b>JUVENIL FEMENI</b>		
NUR ORTEGA ISERN	INDEPENDENT	36
LUCIA MALHOTRA MALLABIABARRENA	C.N. BARCELONA	11
ESTEL LLADÓ PASTOR	C.N. BARCELONA	10
<b>JUNIOR MASCULI</b>		
ALBERT GARCIA SERRA	C.N. BADALONA	43
BIEL COLOMINA RODRÍGUEZ	FLOR DE DIABLILLOS	19
MAX SANCHEZ GONZALEZ	PRAT TRIATLO 1994	18
BIEL PLANAS VILAGRAN	C.N. BANYOLES	27
<b>JUNIOR FEMENI</b>		
IVETTE SANCHEZ AYMERICH	CIUDAD DE LUGO FLUVIAL	17
ANNA ONIEVA LLOBERA	FLOR DE DIABLILLOS	10
<b>ABSOLUT / SUB23 MASCULI</b>		
GENIS GRAU PLANA	ISBILYA - SLOPPY JOE'S	86
MIQUI RIERA BLESA	CLUB DE TRIATLÓN DIABLILLO	22
JOAN REIXACH ABRIL	SALTOKI TRIKIDEAK	27
PAU NOGUERA SALMERON	TRIATLON INFORHOUSE SANT	41
NAN OLIVERAS I FONT	INDEPENDENT	54
GUILLEM MONTIEL MORENO	CIUDAD DE LUGO FLUVIAL	CT
<b>ABSOLUT / SUB23 FEMENI</b>		
ANNA GODOY CONTRERAS	CIUDAD DE LUGO FLUVIAL	96
SOFIA AGUAYO MAURI	PRAT TRIATLO 1994	18
CLARA AULINAS PRAT	CE KATOA BARCELONA	44
MARIA CASALS MOJICAR	CIUDAD DE LUGO FLUVIAL	141
PAULA BLASI CAIROL	CLUB TRIATLO CORNELLA	12
LAURA GOMEZ RAMON	SALTOKI TRIKIDEAK	CT
MARTA SANCHEZ HERNENDEZ	PEÑOTA DENTAL ALUSIGMA	CT
<b>PARATRIATLO</b>		
MARC RODRIGUEZ PALET	TGCBINN	CT