



G CONSELLERIA
O CULTURA,
I PARTICIPACIÓ
B I ESPORTS
/ FUNDACIÓ
ESPORT BALEAR

CRITERIS DE SELECCIÓ TEMPORADA 2017-2018

PROGRAMA DE TECNIFICACIÓ DE TRIATLÓ

BREU INTRODUCCIÓ AL PROGRAMA:

El programa de Tecnificació de Triatló es va iniciar la temporada 2007-08.

El Triatló a les Illes Balears és un esport relativament jove, el qual ha sofert grans canvis quant a organització en els darrers anys, a més d'un enorme "boom" social especialment en els darrers 2/3 anys, en gran part a causa de les proves de mitja i llarga distància i, com no, als nostres grans campions en distàncies olímpiques, primer amb Ivan Raña i després amb Gómez Noya, i el nostre Mario Mola, sorgit, primer de la natació, i després del Programa de Tecnificació de Triatló de les Illes Balears, per donar el salt al Centre d'alt rendiment de Madrid per a convertir-se en esportista d'elit a nivell mundial.

Des de la Fundació per a l'Esport Balear tenim un repte molt gran, que és, juntament amb la Federació, treballar l'esport base, apostar per crear escoles en els clubs amb entrenadors formats i tenir una cantera abundant i de qualitat per aconseguir èxits en representació de les Illes Balears, que segur ens dona aquest fantàstic esport.

Hem de ser un trampolí per als joves talents, cap els centres d'alt rendiment i cap a les competicions d'alt nivell, sense oblidar la formació acadèmica i desenvolupament personal. Per tot això, estam segurs que el CTEIB és el millor centre per donar el millor de nosaltres mateixos a aquest esport.

El programa pretén dotar de majors recursos a joves esportistes per a poder polir i potenciar les qualitats físiques i psicològiques per ser millors triatletes.

El procés d'arribada al centre sol ser un recorregut d'etapes:

1. Escola multiesportiva o escola d'atletisme, natació o ciclisme.
2. Passar a formar part d'un club, ja sigui de triatló, natació, ciclisme o atletisme.
3. Entrar en el grup de seguiment del Programa (infantils i cadets de 1er any).



G CONSELLERIA
O CULTURA,
I PARTICIPACIÓ
B I ESPORTS
/ FUNDACIÓ
ESPORT BALEAR

4. Sol·licitar plaça a la categoria cadet.

EQUIP TÈCNIC:

El Programa disposa del Director Tècnic que a la vegada és l'entrenador.

LLOCS I ESTRUCTURACIÓ DE L'ENTRENAMENT:

El programa entrena principalment al poliesportiu Prínceps de España, per nedar, córrer i la preparació física. Depenent del moment de la temporada, afegim la natació al mar, bicicleta de muntanya o carretera per diverses rutes de l'Illa i córrer fora de pista i asfalt.

Exemple orientatiu de temporalització d'horaris d'entrenament temporada 2015-16 HIVERN – TARDOR

NATACIO:

Dilluns, dimecres, divendres de 11.30 a 14.30 son hugo

Dimarts de 17.30 a 19.30 Prínceps d'Espanya.

Dissabte: a Prínceps d'Espanya.

CICLISME:

Dijous tarda 15 a 17.30

Dissabte matí 9 a 13

En pretemporada podem llevar un dia de natació i afegir a ciclisme.

CARRERA:

Dilluns i divendres tarda parc de sa riera o Prínceps o Magalluf.

Dimarts 11.00 a 13.30 Magalluf o Prínceps

En pretemporada tenen lliure.

Dijous treball transició post bicicleta.



G CONSELLERIA
O CULTURA,
I PARTICIPACIÓ
B I ESPORTS
/ FUNDACIÓ
ESPORT BALEAR

GIMNÀS:

Depèn molt de la temporada:

- Pretemporada: abans carrera.
- Fase càrrega : post entrenaments o aïllat (dimarts matí i dissabte tarda).
- Temporada: aïllat o post sessió de treball aeròbic mig.

ESTIU

NATACIÓ:

Dilluns, dimecres, divendres de 11.15 a 13.30h Prínceps piscina interior o exterior

Dimarts 17.30 a 19.30 Prínceps d'Espanya.

Dijous o dissabte aigües obertes

CICLISME:

Dilluns i divendres tarda 17.30 a 19.30

Dissabte matí 8.30 a 11.30

CARRERA:

Dimarts i dijous 9.00 a 11.00 Magalluf o Prínceps

GIMNÀS:

Dimarts i dijous després de carrera o abans, depèn tipus de feina

PLACES DISPONIBLES:

El Programa disposa de 6 places

El programa donarà preferència els esportistes cadets de 1r i 2n amb projecció esportiva, a fi de nodrir el planter.



G CONSELLERIA
O CULTURA,
I PARTICIPACIÓ
B I ESPORTS
/ FUNDACIÓ
ESPORT BALEAR

El 70% de les places són per esportistes cadets. En cas de no esgotar-se passarien a esportistes juniors, sempre i quan tinguin el nivell mínim exigít. Existeix la possibilitat, segons places lliures deixades per cadets i juniors, d'omplir les places amb esportistes sub-23.

EDATS:

Les edats per accedir al programa comprenen entre les categories cadets (01/02/03), júnior (99/00) i Sub23 (1998). El nombre de places per a cada categoria pot variar segons les sol·licituds, resultat dels criteris de selecció i/o criteri tècnic.

ESTUDIS-TECNIFICACIÓ:

En cas de mals resultats acadèmics, el director tècnic, en coordinació amb el cap d'estudis de l'IES CTEIB, aplicaran les mesures necessàries per a la millora escolar.

No és podrà demanar accés al programa amb 3 assignatures suspeses en l'actual curs.

Si l'estudiant no s'implica i compleix amb els estudis potser amonestat sense anar a un Campionat, o fins i tot ser expulsat.

REQUISITS GENERALS I ESPECÍFICS DELS ASPIRANTS:

Requisits generals:

1. Tenir el veïnatge administratiu en qualsevol municipi de les Illes Balears, amb un mínim de tres anys, anteriors a la data de la sol·licitud d'accés a la residència.
2. Tenir llicència esportiva per un club de Balears amb llicència nacional per a la temporada 17/18.
3. Passar de forma favorable reconeixement mèdic.
4. No haver estat expulsat ni haver abandonat voluntàriament amb anterioritat un programa de tecnificació.
5. No haver tingut cap expedient disciplinari a l'IES CTEIB en anys anteriors.
6. Signar el codi d'ètica esportiva que regula els programes de tecnificació, assumint el compromís de complir-lo i col·laborar a difondre el seu esperit esportiu.
7. Signar i complir la normativa general que regula els programes de tecnificació.
8. Complir els criteris d'accés i/o permanència del programa de tecnificació

Requisits específics:



G CONSELLERIA
O CULTURA,
I PARTICIPACIÓ
B I ESPORTS
/ FUNDACIÓ
ESPORT BALEAR

1. Realitzar la pràctica del triatló a un Club.
2. Acreditar un mínim de resultats esportius en competicions de la nostra Federació o d'algun esport relacionat (atletisme, ciclisme o natació).
3. Realitzar, les proves d'aptitud física i complir els criteris de selecció exposats a continuació.
4. Poder assistir a classes dins l'IES CTEIB per complir amb el règim d'entrenament del programa. Excepció esportistes en categoria Junior i Sub-23 que cursin estudis universitaris, i així ho acreditin, prèvia autorització del Dr. Tècnic
5. Aportar tota la documentació requerida correctament, la no presentació o omissió voluntària o involuntària d'informació pot produir la pèrdua de la plaça de manera definitiva.

NORMES D'ENTRENAMENT DEL PROGRAMA:

- El triatletes que estiguin en el programa de triatló han de seguir els plans d'entrenament marcats pel director tècnic, dintre del grup que consideri l'entrenador i respectant unes pautes de comportament i assistència.
- Els esportistes del programa de tecnificació entrenaran **única i exclusivament seguint la planificació d'entrenament i competicions del Dr. Tècnic.**
- L'esportista acatarà el reglament de règim intern del CTEIB i del propi programa.

CRITERIS DE SELECCIÓ:

A) Mèrit esportius:

A.1 Cada esportista baremarà els tres millors resultats de la temporada (mirar especificacions els criteris de selecció).

A.2 Es podran baremar un màxim de dues convocatòries una per la FETRIB i un altre per la FETRI.

B) Proves físiques

Els aspirants **que no puguin acreditar resultats i no estiguin en la base de dades del FETRI (presa de temps Nacional)** hauran de realitzar unes proves físiques, aquestes estan dividides en dues especialitats:



G CONSELLERIA
O CULTURA,
I PARTICIPACIÓ
B I ESPORTS
/ FUNDACIÓ
ESPORT BALEAR

- 1) Natació: consta de 2 proves de 1x100m i 1x1000m.
- 2) Carrera: consta de 2 proves de 1x400m i 1x1000m. En pista

SUMATORI PUNTS: Annex 1, variable en funció de l'any de naixement de l'esportista.

C) Mèrits acadèmics.

En cap cas la baremació dóna plaça directa. Les proves físiques ens donen informació de paràmetres fisiològics i anatòmics.

La baremació de resultats ens aporta informació de la història esportiva de l'esportista.

Les places són a criteri tècnic, basat en el recull de dades, els interessos del Programa (categories cadets) i l'experiència i valoració del Dr. Tècnic.

Data de les proves: Divendres 14 de juliol en sessió única o doble sessió, matí natació i tarda carrera, amb un interval de descans de 4h entre i entre.

Els esportistes del Programa de triatló del CTEIB de la temporada 16/17 que hagin complert amb els objectius individualitzats plantejats a principi de temporada, obtenen plaça directe.

ESPECIFICACIONS ALS CRITERIS DE SELECCIÓ:



Barems de mèrits esportius:

- Posició en els Campionats de Balears de Triatló (1er. 3 punts; 2n. 2 punts; 3r. 1 punt)
- Top 5 campionat d'Espanya de Triatló cadet/júnior (6 punts); Top 10 (4 punts); Top 15 (2 punts); Top 20 (1 punt).
- Top 5 campionat d'Espanya d'Aquatló cadet/júnior (4 punts); Top 10 (2 punts); Top 15 (1 punt).
- Top 5 campionat d'Espanya de Duatló cadet/júnior (3 punts); Top 10 (2 punts); Top 15 (1 punt).
- Top 5 campionat d'Espanya de Triatló Cross (4 punts); Top 10 (2 punts); Top 15 (1 punt).



G CONSELLERIA
O CULTURA,
I PARTICIPACIÓ
B I ESPORTS
/ FUNDACIÓ
ESPORT BALEAR

- Top 5 campionat d'Espanya de Duatló Cross cadet/júnior (3 punts); Top 10 (2 punts); Top 15 (1 punt).
- Top 5 Copa d'Europa Junior, Europeu o Mundial de Triatló i/o Triatló Cross cadet/júnior (6 punts); Top 10 (4 punts); Top 15 (2 punts); Top 20 (1 punt).
- Participants en el campionat d'Espanya Escolar (3 punts).
- Convocatòries per la Selecció Balear de triatló (3 punts).
- Convocatòries per la FETRI (3 punts).
- **Infantils, cadets de 1er i 2on any.** Poden ser subjectes de baremació:
 - a) Selecció Balear o Nacional d'atletisme, natació i ciclisme (3 punts).
 - b) Mínima Campionat d'Espanya d'atletisme, natació i ciclisme (2 punts).
 - c) Campionat de Balears d'atletisme, natació i ciclisme (1er. 3 punts; 2n. 2 punts; 3r. 1 punt)

Barems esportius:

- Segons taula de baremació PNT de la Federació Espanyola de triatló.
- En cas que l'esportista tingui una lesió, s'establirà un criteri, tenint en compte convocatòries i preses de temps anteriors. En cas de causar baixa o vacant a la convocatòria ordinària, es farà una selecció d'esportistes per ordre de classificació segons els barems de puntuació.
- Els esportistes poden ser admesos per criteri tècnic. La permanència de l'esportista en el programa és d'una temporada de duració.
- En cas d'incompatibilitat o estar fora el dia de la prova, si l'esportista ha fet la Presa de Temps Nacional realitzada per la FETRI el 04/02/16, i s'inscriu notificant-ho, és computarà els temps de la presa de temps anterior.

Barems Acadèmics:

- És valorarà l'expedient acadèmic de l'esportista sol·licitant. Nota mitjana 9 (3 punts), nota mitjana 7-8 (2 punts), nota mitjana 6 (1 punt).
- Només és vàlid l'expedient acadèmic del curs 2016-17.



G CONSELLERIA
O CULTURA,
I PARTICIPACIÓ
B I ESPORTS
/ FUNDACIÓ
ESPORT BALEAR

ASPECTES A TENIR EN COMPTE:

- Els Dr. Tècnics baremaran d'ofici el Campionat d'Espanya de Triatló i Aquatló que és disputarà a Banyoles el 22 de juliol de 2017.
- Amb totes aquestes puntuacions, s'establirà un ordre descendent de puntuació, creant un rànquing de cada categoria, el qual, sumat a les proves del centre mèdic i a la valoració de la progressió de l'esportista s'utilitzarà per la selecció. L'ordre en cap cas dóna plaça directe al Centre de Tecnificació.
- Test de personalitat realitzat pel servei psicològic de la Fundació per a l'Esport Balear si esdevé necessari.
- Avaluació i evolució de d'esportista segons el criteri tècnic del director, a part dels test i les proves que donen accés al Programa de tecnificació, s'ha de tenir en compte la progressió de l'esportista, la possibilitat de millora a curt i mig termini, l'interès i la motivació del triatleta, així com el comportament, disciplina i disponibilitat.
- Estar en el grup de seguiment de la FETTRIB i pertànyer a categoria infantil i cadet 1er i 2on any: assistència 100%-80% de les sessions (3 punts), assistència 79%-50% (2 punts) assistència 49%-25% (1 punt).

➤ **COM REALITZAR LA PREINSCRIPCIÓ:**

- Emplenar sol·licitud de demanda de plaça.
- Aportar la documentació obligatòria: certificat de notes curs 2016-17.
- Emplenar el full de mèrits adjunt a la convocatòria, aportant la informació corresponent.
- Prescriure's a les proves físiques d'accés o demanar l'exempció al haver realitzat la Presa de Temps Nacional realitzada per la FETTRIB el 09/01/15 al correu tecnificacio@fetrib.com
- La presentació de sol·licitud comporta l'acceptació de les bases per la qual es basa la convocatòria de places.



G CONSELLERIA
O CULTURA,
I PARTICIPACIÓ
B I ESPORTS
/ FUNDACIÓ
ESPORT BALEAR

Per a accedir al full de sol·licitud poden clicar al següent enllaç:

<http://goo.gl/forms/iVAqVSXPbqBgrXUO2>