



INFORMACIÓN TECNIFICACIÓN

CARRERAS POR MONTAÑA

La FEMECV, por medio de su Área de Carrera, promueve, dirige, coordina y lleva a cabo la **Tecnificación de Carreras por Montaña**.

Esta tecnificación va dirigida especialmente a formar corredores jóvenes de categorías **Cadete, Junior y Promesa** específicamente en las Carreras por Montaña y en el Deporte y sus valores en general.

El objetivo principal es preparar a estos jóvenes deportistas para tratar de conseguir su **máximo rendimiento deportivo** en la especialidad o especialidades de las carreras por montaña que mejor condiciones posean, para el momento que lleguen a **categorías absolutas**.

Independientemente de los resultados que se consigan, la preparación va dirigida fundamentalmente al **futuro** y no a las competiciones que se tengan de disputar en la actualidad. Para los **Campeonatos de España**, sí que realizará una planificación específica, ya que se tendrán como objetivo competitivo de la temporada. El resto de competiciones (oficiales o no) se considerarán como complementarias a la formación y preparación.

La **programación** de la temporada y **planificación** de entrenamientos se intentará realizar de forma coordinada entre los técnicos de la FEMECV y los respectivos entrenadores de los deportistas tecnificados. A los tecnificados que no dispongan de entrenador, se estudiará su caso para que puedan seguir un plan de entrenamiento genérico.

Se intentará mantener un **contacto permanente** con los deportistas y sus entrenadores para conocer su progresión y variaciones en función a lesiones y otros factores, así como su seguimiento académico, para realizar los ajustes convenientes en la planificación.



El **rendimiento académico** también será tenido en cuenta, ya que la formación deportiva tiene que ir unida a una correcta formación en los estudios. Unos malos resultados académicos pueden ser motivo de una variación en los objetivos (por ejemplo, no participación en determinadas competiciones), y en el peor de los casos, suspender temporalmente la tecnificación con el deportista hasta que consiga mejores resultados deportivos. Para esto, es importante la comunicación y colaboración con los padres de los menores de edad. Es muy importante tener el graduado de la ESO o estar cursándolo para estar incluido en tecnificación. Se estudiarán y valorarán individualmente los casos de mayores de 16 años que no lo tengan para incluirlos o no.

Se establecen **niveles de tecnificación**. Cada nivel se relacionará con la cantidad de subvención a los deportistas de los gastos de tecnificación: La clasificación de los deportistas en los diferentes niveles la realizarán los técnicos de la FEMECV en base a:

- 1º **Resultados** en Campeonatos de España
- 2º Resultados en Competiciones oficiales de la FEMECV
- 3º **Rendimiento académico**
- 4º Implicación, interés y **progresión** deportiva
- 5º Condiciones físicas y potencial del deportista
- 6º **Asistencia** a concentraciones y reuniones establecidas
- 7º Otros criterios técnicos y resultados deportivos.

Como actividades de tecnificación se realizarán **concentraciones** de entrenamiento y charlas, bien específicas o bien aprovechando diversas competiciones. La asistencia a estas concentraciones es muy importante, así como la participación en las competiciones oficiales de la FEMECV. Se deberá justificar la no asistencia a cualquiera de ellas.

Es muy importante realizar al menos un **reconocimiento médico** y test de esfuerzo al año. La FEMECV realizará las gestiones oportunas para concertarlo a través del Consell Valencià de l'Esport.

Es condición indispensable **estar federado** en la modalidad correspondiente al nivel de competición.



Con la tecnificación se asumen todos los **valores olímpicos**, así como los criterios internacionales del **código anti-dopaje**.

Para la selección de corredores y su **inclusión en tecnificación**, se tendrán en cuenta las siguientes circunstancias:

- Participación en las competiciones oficiales de la FEMECV.
- Resultados en las mismas.
- Cualidades y potencial del deportista.
- Posibilidad de llevar la tecnificación y entrenamientos: tiempo, estudios, desplazamientos, gastos, etc.

Los técnicos de la FEMECV se pondrán en contacto con los corredores/as que ellos consideren más interesantes para ser incluidos, les informarán y valorarán su inclusión o no, siempre en el caso de que los deportistas tengan claro que quieren acceder a tecnificación.

Al margen de esto, **cualquier deportista** de las categorías Junior, Cadete o Promesa que tenga interés en la tecnificación puede solicitar información tanto a los técnicos de la FEMECV, así como en la misma federación. Los rangos de edad de estas categorías son los siguientes:

- Cadete (masculino y femenino): **15,16 y 17 años**, cumplidos en el año de referencia.
- Junior (masculino y femenino): **18,19 y 20 años**, cumplidos en el año de referencia.
- Promesa (masculino y femenino): **21, 22 y 23 años**, cumplidos en el año de referencia.

Con los deportistas tecnificados se firmará un **Contrato** de Vinculación al Plan de Tecnificación.

De entre los deportistas tecnificados, se escogerán a los corredores/as de la **SELECCIÓ COMUNITAT VALENCIANA**, que participarán en los Campeonatos de España, así como en las competiciones que determine el Área de Carrera. Siempre de acuerdo con los criterios de selección y la logística de viajes y competición.

Los técnicos de la FEMECV elaborarán un **calendario de tecnificación**, donde se concretarán los objetivos deportivos y se fijarán las fechas de las actividades en la temporada. Antes de cada actividad se enviará un programa a los tecnificados y sus respectivos entrenadores con los entrenamientos y charlas a realizar.