

# PROTOCOL D'ACTUACIÓ PER A CURSES DE COPA ESPANYA I CAMPIONAT D'ESPANYA U14 / U16

---

## 1.- OBJECTIU

---

Aquet protocol pretén regularitzar que els corredors catalans classificats per participar a les proves de Copa Espanya i Campionat d'Espanya, participin com **UN SOL GRUP que representi a la Federació Catalana:**

Els objectius són :

1. Fomentar l'esperit de grup i pertinença a la Federació Catalana.
2. Fomentar les relacions entre els corredors dels diferents Clubs Catalans.
3. Aprofitar les sinergies i les estructures dels Clubs Catalans per abaratir els costos de les curses.

Aquet protocol serà d'aplicació quan el desplaçament sigui fora de la demarcació de Catalunya. En cas que les proves de COPA ESPANYA i/o CAMPIONAT D'ESPANYA se celebrin a Catalunya el desplaçament i concentració dels esportistes depèn de cada club.

## 2.- COMPOSICIÓ EQUIP CATALÀ

---

L'estructura esportiva que representarà a la FCEH serà la següent:

1. 48 corredors seleccionats segons reglament COMITÉ ALPI 2016/2017
2. 1 CAP D'EQUIP
3. 8 entrenadors ó segons els següents criteris:
  - 3.1. Els clubs que presentin 4 o més corredors tenen assegurat 1 entrenador del propi club.
  - 3.2.- Dins del grup de clubs amb 3 o menys corredors:
    - 3.2.1.- Es seleccionaran (de manera rotativa) 2 entrenadors de clubs representats en aquest grup.
    - 3.2.2.- En cas de que el grup de més de 4 corredors, més els 2 del grup de menys de 3 corredors no sumin 8 entrenadors, es complementarà el nombre d'entrenadors fins a 8 amb entrenadors del grup de clubs de menys de 3 entrenadors.

3.3. Els clubs amb 6 o més corredors podran portar 1 entrenador més sempre que:

- 3.3.1. El cost d'aquest entrenador sigui assumit pel club al que pertany.
- 3.3.2. El segon entrenador formarà part del grup d'entrenadors desplaçats i estarà sota les ordres del CAP D'EQUIP i CAP D'ENTRENADORS, assumint les tasques que li siguin encomanades.

La resta de persones desplaçades i que no estiguin designades dins de l'estructura descrita no es consideraran part de l'EQUIP CATALÀ.

### **3.- CAP D'EQUIP**

---

Veure annex 1 «PROTOCOL D'ACTUACIÓ DEL CAP D'EQUIP».

### **4.- ENTRENADORS**

---

L'EQUIP CATALÀ es desplaçarà a les proves amb entrenadors amb titulació reconeguda que detallem:

1. Tècnic Superior Esportiu en esquí alpí (TD3)
2. Segon nivell de Tècnic Esportiu en esquí alpí (TD2)

Tots ells han de tenir l'acreditació d'entrenador autonòmic i nacional vigent.

#### **4.1.- CAP D'ENTRENADORS**

---

Serà nomenat pel CAP D'EQUIP i haurà de ser un entrenador titulat amb tècnic/a superior d'esports en esquí alpí.

El cap d'entrenadors coordinarà amb el cap d'equip, totes les tasques a desenvolupar per l'equip d'entrenadors que actuarà com un sol grup d'entrenadors, és a dir, amb funcions assignades i d'obligat compliment tant dins com fora de la competició i durant tota la concentració.

Serà el portaveu de l'equip d'entrenadors, tant amb la relació amb el cap d'equip, com en les reunions d'entrenadors d'altres federacions.

Distribuirà, organitzarà i supervisarà les tasques que s'hagin de dur a terme en el transcurs de la cursa, des de l'inici de la concentració i fins que aquesta finalitzi.

Recolzarà als entrenadors, si aquests en moments puntuals no poden desenvolupar, la tasca assignada.

Haurà de fer un informe de l'equip d'entrenadors, valorant individualment, la seva actitud en les tasques assignades, el comportament envers el grup, el nivell d'atenció tècnica i personal als corredors i el grau d'implicació en general.

#### **4.2.- TASQUES A REALITZAR PELS ENTRENADORS**

---

Estarà sota la disciplina del CAP D'EQUIP i CAP D'ENTRENADORS.

Es faran grups de corredors que s'assignaran entre els entrenadors, de forma que cadascun d'ells seria responsable (tutor) del seu grup, des de l'inici de la concentració fins a la finalització de la mateixa.

Les tasques a realitzar pels entrenadors i que seran designades pel Cap d'entrenador són les següents:

- Conducció de les furgonetes, en cas d'utilitzar aquest mitjà de transport.
- Preparació del material dels corredors per a les curses.
- Control de les habitacions dels hotels.
- Control dels àpats.
- Assistència als corredors en la cursa, tant a la sortida com a l'arribada.
- Control de vídeo del traçat.
- Control en hores d'esbarjo, estudi o deures escolars.
- Control dels corredors, per a que assisteixin al lliurament de premis de cursa.
- Control del comportament en general dels corredors.

Per concretar més les funcions/tasques dels entrenadors, podem diferenciar entre:

##### **Abans de la competició:**

- Marcatge del traçat d'escalfament: Aniran mínim dos entrenadors (màxim 3) per marcar el traçat. Aquests mateixos entrenadors seran els responsables de desmarcar just abans d'entrar a reconèixer.
- Control de les baixades d'escalfament: El màxim d'entrenadors hauran d'estar distribuïts per la pista d'escalfament controlant els esportistes mentre aquests fan les baixades d'escalfament.
- Reconeixement de la cursa: Cada entrenador reconeixerà amb el seu grup, assignat prèviament pel cap d'equip.

- En el cas que un dels entrenadors hagi de marcar el traçat de la competició el seu grup l'esperarà dins dels límits d'aquesta (per exemple a la primera porta) per evitar així que no els tanquin el reconeixement.

#### **Durant la competició:**

- Àrea de sortida: El màxim d'entrenadors hauran d'estar a l'àrea de sortida amb els corredors ja que hi ha moltes tasques a fer, com per exemple preparació del material (rascar cera dels esquís i raspallar soles), controlar que els esportistes escalfin, col·locar esquís i ajustar fixacions just abans d'entrar a la caseta de sortida. Ara bé, tot això es pot complicar si es dona el cas que els nostres corredors surtin molt seguits, per això és important que hi hagi el major nombre d'entrenadors possibles.
- Mitja pista: Mínim dos entrenadors, per a que per exemple es puguin anar substituint amb les gravacions de vídeo (sobretot en la disciplina d'eslàlom). També tindran la tasca d'ajudar als corredors en cas de que algú caigui o es surti del traçat i a l'organització de la cursa amb el que faci falta (roscar portes, rastellar, posar banderes, etc.).

#### **Després de la competició:**

- Devolució de dorsal: Cada entrenador es fa càrrec dels esportistes del seu grup per controlar que tornin els dorsals.
- Repartiment de premis: Cada entrenador es fa càrrec dels esportistes del seu grup per controlar que assisteixin al repartiment de premis.

### **4.3.- NORMES PELS ENTRENADORS.**

---

Els clubs es comprometen a designar entrenadors que compleixin les següents qualitats:

- Ser educat, responsable, professional i respectuós i motivat per assistir a les competicions.
- Ser honest, tenir en competició i fora d'ella un comportament exemplar i un esperit de «fair play» (com per exemple que en SL l'entrenador ensenyi als seus corredors que si es fa un cavallet no han de continuar).
- Tenir i transmetre hàbits saludables.
- Fomentar la bona relació del grup tant d'esportistes com d'entrenadors.

- Ser un exemple d'educació i respecte en el seu comportament amb els corredors, companys de feina i membres de l'organització, demostrant en qualsevol situació una actitud esportiva, tenint en compte que representen a la FCEH.
- Tenir cura de transmetre il·lusió, optimisme i sempre una actitud positiva.
- Estarà totalment prohibit el consum de tabac, alcohol, cànnabis i qualsevol tipus de substàncies prohibides, tant en presència dels corredors com en les estones d'esbarjo dins de les instal·lacions d'ús comú.
- Hauran d'acomplir les tasques assignades amb el rigor i responsabilitat que exigeix la situació.
- No donaran un tracte diferencial als corredors, tant pel seu nivell tècnic, com pel seu Club de procedència. Tots han de tenir la mateixa atenció, tant en qualitat com en quantitat.
- En tot moment respectaran i acataran les instruccions que els hi doni el cap d'equip i cap d'entrenadors.
- Col·laboraran amb la resta d'entrenadors del grup, quan la situació ho requereixi.
- Hauran de ser un exemple d'educació i respecte en el seu comportament amb els corredors, companys de feina i membres de l'organització, demostrant en qualsevol situació una actitud esportiva, tenint en compte que representen a la FCEH.
- És important que en els moments més durs pels corredors, tinguin cura de transmetre il·lusió, optimisme i sempre una actitud positiva.
- No podrà abandonar en cap moment al grup.

Els clubs es comprometen a designar entrenadors que compleixin les següents tasques:

- Respectar les instruccions que els hi doni el cap d'equip i cap d'entrenadors.
- Col·laborar amb la resta d'entrenadors del grup, quan la situació ho requereixi.
- Conduir les furgonetes amb responsabilitat, en cas d'utilitzar aquest mitjà de transport.
- Acomplir les tasques assignades amb el rigor i responsabilitat que exigeix la situació.
- Optimitzar el temps en la preparació del material dels corredors per a les curses, per així poder disposar de més temps per als corredors i tasques

organitzatives amb la FCEH (revisió, control, confirmació inscripcions, col·laboració amb altres entrenadors, etc.).

- Controlar les habitacions dels hotels (ordre, horaris, descans, sorolls, etc.).
- Controlar els àpats (horaris, comportament, etc.).
- Assistir als corredors en la cursa (sortida, arribada, reconeixement, etc.).
- Gravar en vídeo.
- Controlar les hores d'esbarjo, estudi o deures escolars.
- Controlar els corredors, per a que assisteixin al lliurament de premis de cursa.
- Controlar el comportament en general dels corredors.

#### **4.4. RÀDIOS**

---

Tant el CAP D'EQUIP com TOTS ELS ENTRENADORS disposaran de ràdios per a la seva comunicació a pista. Aquestes ràdios les podran aportar els clubs o bé es podran llogar.

#### **5. NORMES DE CONDUCTA DELS ESPORTISTES**

---

Es pretén que les Normes de Conducta siguin, a la vegada, formatives i informatives per a tothom.

Es pretén, també, mantenir una línia equitativa i evitar, en la mesura que es pugui, de prendre decisions injustes o discriminatòries.

És evident que es poden plantejar altres situacions no previstes en aquestes Normes, les quals seran, en cada cas, estudiades i resoltes pel Cap d'Equip i /o pel Cap d'Entrenadors, d'acord amb les circumstàncies del moment.

S'haurà de mantenir el màxim respecte envers els/les companys/es, Tècnics, Delegats o Caps d'Equip i Entrenadors.

#### ***ENTRENAMENTS I/O COMPETICIONS***

Quan un corredor s'integra a convocatòries de la FCEH o d'altres, es

### **COMPROMET A:**

- Col·laborar al màxim pel bon funcionament de l'expedició.
- Arribar puntual als actes convocats.
- Exigir-se el màxim de si mateix.
- Tenir, en competició, un comportament exemplar i un esperit de «fair play», joc net (com per exemple en SL no continua després d'haver fet un cavallet).
- Tenir sempre el seu material amb ordre. I tenir cura de tot el material del que es disposi.
- Tenir cura del seu comportament vers als seus companys, entrenadors i delegats així com amb els altres participants.

### **I ha d'ACCEPTAR:**

- Les normes de funcionament de la selecció.
- Les indicacions donades pels seus Entrenadors o per qualsevol altre membre del Quadre Tècnic Federatiu.

El Cap d'Equip podrà obrir un Informe Esportiu que s'adreçarà al Comitè Alpí per prendre les decisions oportunes a aquells corredors que no tinguin un esperit purament esportiu i de competició durant les concentracions d'entrenament o les de competició.

Si algun corredor ha de marxar de la concentració o de la competició per qualsevol circumstància, ho haurà de comunicar i sol·licitar al seu entrenador i aquest al Cap d'Equip per tal de tenir en tot moment el control i la localització de tothom.

### *ALLOTJAMENTS, INSTAL·LACIONS ESPORTIVES, ETC ...*

Tots els esportistes han d'ésser conscients que en els establiments en els que la FCEH hagi designat per allotjar-los o fer-ne ús, es procurarà no malmetre qualsevol instal·lació de l'hotel, d'instal·lacions esportives, mitjans de transport, estacions d'esquí, etc. Qualsevol perjudici que s'ocasioni, independentment de la sanció que calgui, el cost econòmic serà a càrrec de l'esportista/es que ho hagin fet.

## **5.1. REGLAMENT DE CONDUCTE DELS ESPORTISTES**

Annex 2

## 6. LOGÍSTICA DE VIATGES

---

En cada cas s'estudiarà el millor concepte de desplaçament

### 6.1. VIATGE

Cada club es fa responsable d'organitzar el desplaçament dels seus corredors i entrenadors preferentment amb les furgonetes dels clubs. En aquest cas els clubs podran organitzar el desplaçament conjuntament amb d'altres clubs.

### 6.2. ALLOTJAMENT

L'HOTEL assignat serà considerat el PUNT DE CONCENTRACIÓ i aquesta concentració començarà des de les 19 hores del dia anterior al primer dia de cursa i acabarà al finalitzar l'entrega de premis de l'últim dia de competició.

La FCEH a través dels seu departament de Competició (Sr. Kim Carreras) serà l'encarregada d'organitzar la logística del desplaçament i de l'estància (hotel), que es EL LLOC I PUNT D'INICI DE LA CONCENTRACIÓ.

### 6.3. EQUIPACIÓ-IMATGE

Tots els corredors i corredores que representin els equips de la FCEH en les competicions que es participi com a Federació Catalana, podran utilitzar l'equip-indumentària del seu club de procedència.

En cas de que la FCEH proporcioni una peça o qualsevol tipus d'indumentària, aquesta serà d'ús obligatori per als corredors.

## 7. ASPECTES ADMINISTRATIUS

---

Totes les factures generades durant els desplaçaments seran a càrrec de la FCEH, la qual, prèviament haurà cobrat a cada club.

El repartiment de les despeses serà proporcionalment a repartir entre els 48 corredors incloent les despeses del CAP d'equip i ENTRENADORS desplaçats.

No serà a càrrec de la FCEH les despesa extres i personals que es puguin produir.



Aquest punt serà revisat en cada desplaçament ja que la logística del mateix pot ser diferent en cada cas.

Barcelona, 20 Novembre 2016

Comitè Alpí FCEH