

Valoració morfològica, condicional i de maduració somàtica

El Comitè Tècnic de la FCA organitza al CAR de Sant Cugat, els propers dies 24 i 25 de novembre la següent activitat:

“Valoració morfològica, condicional i de maduració somàtica”

per a la llista adjunta d'atletes nascuts/des entre els anys 2003 i 2006.

El programa de l'activitat és el següent: (proves Annex II)

Divendres dia 23 de novembre

19.30 -20.30 h. Reunió amb els entrenadors dels/les atletes participants a l'activitat amb explicació de les proves a efectuar en aquesta activitat, així com la seva valoració i la possible continuïtat de la mateixa.

Dissabte dia 24 de novembre

9.45 h. Rebuda dels participants a la pista d'atletisme del CAR Sant Cugat (Grup A)

10.00 - 14.00 h. Realització proves jornada matí (obligació d'equipació esportiva per part dels atletes)

10.30 - 12.30 h. Xerrada en la sala d'actes del CAR, adreçada a pares/mares dels atletes participants on s'explicaran les activitats a realitzar.

16.00 h-19.00 h. Realització proves jornada tarda (obligació d'equipació esportiva per part dels atletes)

Diumenge dia 25 de novembre

9.45 h. Rebuda dels participants a la pista d'atletisme del CAR Sant Cugat (Grup B)

10.00 - 14.00 h. Realització proves jornada matí (obligació d'equipació esportiva per part dels atletes)

10.30 - 12.30 h. Xerrada en la sala d'actes del CAR, adreçada a pares/mares dels atletes participants on s'explicaran les activitats a realitzar

16.00 h-19.00 h. Realització proves jornada tarda (obligació d'equipació esportiva per part dels atletes)

Nota important:

- Els/Les atletes participants hauran de portar el full de dades de contacte i autorització degudament emplenat i signat en el moment de la incorporació a l'activitat. (annex I)
- Únicament podran accedir a les instal·lacions, els entrenadors, atletes i pares/mares que hagin confirmat la seva assistència abans del dilluns 19 de novembre (david@fcataletisme.cat). A la confirmació s'haurà d'aportar els noms i cognoms de les persones assistents. Les persones que no hagin confirmat la seva presència no podran accedir a les instal·lacions. A la pista d'atletisme únicament podran accedir els/les atletes.
- No es poden entrar cotxes al CAR de Sant Cugat.

La relació d'atletes convocats/des és la següent: (la divisió s'ha fet en funció de l'ordre alfabètic dels clubs). El Club i llicència dels atletes és el corresponent a la temporada 2017/2018

Atletes convocats/des jornada dissabte (Grup A):

| | | | |
|----------|--------------------------------|------------|----------------------|
| CL 81453 | ADAMUZ VIVARACHO, JON | 10/06/2006 | AA Catalunya |
| CT 28485 | AGUILERA LARA, INES | 22/07/2004 | CA Gavà |
| CL 79074 | ALCAZAR CORTES, ARIADNA | 24/11/2005 | CA Canyelles |
| CT 28686 | ALEMANY BLASCO, JUDIT | 11/11/2004 | AEA Ventallo |
| CL 68545 | ALIAS GONZALEZ, ELSA | 13/06/2006 | CA Igualada |
| CT 26201 | ALIQUE GARCIA, ALBERT | 06/11/2003 | AA Catalunya |
| CT 26211 | ALONSO CAMPS, ONA | 20/04/2003 | AA Catalunya |
| CL 71565 | ALSINA FERNANDEZ, ADRIA | 29/03/2005 | CA Canaletes |
| CL 87064 | AMZIL GHANOU, ABDELHADI | 24/06/2004 | CA Atletesvng.org |
| CL 71566 | AOIZ PEREZ DEL MOLINO, IGNACIO | 14/01/2004 | CA Canaletes |
| CL 81799 | ARENAS BIOSCA, ARLET | 07/04/2004 | CA Granollers |
| CL 91529 | ARIAS PEREZ, ASTRID | 06/01/2005 | CA Cambrils |
| CT 28646 | ARRANZ LOPEZ, BARBARA | 28/10/2003 | AE S.Andreu Barca |
| CL 67124 | ASENSIO LOPEZ, SARA | 02/09/2003 | CA Sant Celoni |
| CL 85183 | BAGUENA RIOS, CARLA | 18/05/2004 | CA Laietania |
| CL 71407 | BALLARIN RUBINART, NURIA | 07/03/2004 | Avinent Manresa |
| CL 83785 | BARALDES BENITEZ, ELOI | 13/02/2006 | Avinent Manresa |
| CT 28435 | BARRAGAN CABELLO, EMMA | 21/05/2003 | CA Gavà |
| CL 70613 | BATISTE RAMON, TARIKU | 26/12/2004 | CA Canaletes |
| CL 71013 | BENITEZ MARTOS, AINHOA | 08/02/2005 | CA Granollers |
| CL 71121 | BISBAL BELENGUER, CARLA | 13/05/2005 | CA Igualada |
| CL 74444 | BLANCO FERRAN, CAROLA | 05/03/2004 | CA Canaletes |
| CL 71410 | BONET BERNADICH, ONA | 29/03/2006 | Avinent Manresa |
| CL 76010 | BOSCH GARCIA, MARC | 16/02/2006 | CA Granollers |
| CT 28353 | BOURAS MOUSSAOUI, NADIR | 15/01/2003 | CA Canovelles |
| CL 80513 | BRULLAS MORENO, MARTI | 23/08/2006 | CA Gavà |
| CT 28493 | BRUSES CORTADA, JANA | 17/12/2004 | CA Figueres |
| CL 87694 | BUCHACA VALDES, MAR | 30/01/2006 | CA Igualada |
| CL 81055 | CABRE VERGES, PAU | 14/06/2004 | Barcelona At. |
| CL 71414 | CABRERA ESPINACH, GERARD | 28/03/2006 | Avinent Manresa |
| CT 27079 | CALABUIG RIBALTA, BRUNA | 12/03/2003 | CA Canaletes |
| CT 27593 | CALBO FORTUNY, AINA | 27/04/2004 | AA Catalunya |
| CL 82851 | CAMATS GARCIA, ALEIX | 27/01/2005 | CA Olesa |
| CL 74809 | CAMBERO FABREGAT, PAULA | 12/05/2006 | AA Xafatolls |
| CL 70999 | CARBO TURON, ISAAC | 19/05/2006 | CA Figueres |
| CL 63732 | CASALS ANGLADA, MARTI | 08/03/2005 | CA Sant Celoni |
| CT 28283 | CASALS ANGLADA, POL | 27/08/2003 | CA Sant Celoni |
| CT 28500 | CASAMADA RIBERA, JAN | 30/10/2004 | CA Castellar |
| CL 70494 | CASANOVA ESPAULELLA, PERE | 19/02/2004 | CA Granollers |
| CL 70625 | CASTELL BORRELL, SERGI | 30/03/2005 | CA Canaletes |
| CL 76150 | CATOT MUNCUNILL, JAN POL | 21/07/2006 | Avinent Manresa |
| CL 73216 | CERDAN PEREZ, RAQUEL | 30/08/2004 | CA Nou Barris |
| CL 79934 | CIRUJEDA SERRA, BIEL | 01/10/2006 | Avinent Manresa |
| CL 83652 | CISSE VEGA, MARTI | 30/08/2005 | AA Catalunya |
| CL 82617 | CLAVELL CLOTET, ANIOL | 17/05/2005 | A Olot-Terra Volcans |
| CT 28486 | CLEMENTE MARTIN, IRENE | 05/03/2003 | CA Gavà |
| CT 27325 | COLAO CINTAS, PABLO | 09/09/2004 | CA Mollet |
| CL 74777 | COLL SOLER, PAU | 09/07/2006 | CA Porqueres |
| CL 81397 | COLL TURRA, PEP | 26/04/2006 | CA Figueres |
| CT 28450 | COMAS CAPDEFERRO, BERTA | 07/01/2004 | CA Canaletes |
| CT 26212 | COMAS MARIN, JOAN | 03/02/2003 | AA Catalunya |
| CT 28620 | CORIS COBOS, DAVID | 24/02/2005 | CA Sant Celoni |
| CT 28658 | CORRAL ALONSO, PAU | 28/02/2006 | CA Canovelles |
| CL 77350 | COS MARCO, POL | 28/03/2004 | CA Igualada |
| CL 88954 | CRUZ MONTON, ROGER | 08/03/2006 | CA Sant Celoni |
| CL 81719 | DALMAU TORRABADELLA, AINA | 23/02/2005 | CA Igualada |

| | | | |
|----------|------------------------------|------------|---------------------|
| CL 72520 | DE BLONAY , LEONARD | 21/01/2004 | CA Palafrugell-GiCB |
| CL 73229 | DE LA HOZ GARCIA, LARA | 05/04/2004 | CA Nou Barris |
| CT 25927 | DE LA PIEDRA SITJAS, JULIA | 09/03/2003 | CA Canovelles |
| CT 28362 | DIAZ BASULLAS, JAN | 12/12/2004 | Avinent Manresa |
| CL 74183 | DIAZ SERRA, MARIA | 08/08/2006 | AA Xafatolls |
| CL 80514 | DOMENECH SAUMOY, ANNA | 19/01/2006 | CA Gavà |
| CL 76813 | DOMINGUEZ CASTELLANOS, PAULA | 27/12/2005 | CA Canaletes |
| CL 79595 | DOORNEKAMP , PABLO | 04/05/2005 | AEA Ventallo |
| CL 76301 | DURO ROMERAL, ERIKA | 28/01/2005 | CA Gavà |
| CL 76012 | ESTRAMPES MATEU, HAILU | 24/12/2006 | CA Ascó |
| CT 27604 | EZOUAGH ACHAL, WAIL | 20/03/2003 | AA Catalunya |
| CL 69129 | FARRE CHIMENO, LAIA | 19/04/2006 | CA Montornes |
| CL 75751 | FECHETE , NAOMI | 02/01/2004 | Avinent Manresa |
| CL 77079 | FERNANDEZ BORRAS, ROGER | 23/05/2005 | AA Catalunya |
| CL 80978 | FERNANDEZ DE HARO, DANIELA | 11/05/2005 | CA Olesa |
| CT 28670 | FERNANDEZ FERNANDEZ, ALEX | 25/01/2004 | CA Castellar |
| CL 75161 | FERNANDEZ GALIÑANES, URIEN | 25/05/2006 | CA Canaletes |
| CL 74571 | FERNANDEZ MEDINA, DIANA | 13/04/2006 | AA Catalunya |
| CL 88666 | FERNANDEZ PERSONAT, JAN | 28/07/2006 | AA Catalunya |
| CL 79709 | FERNANDEZ SOLER, MARC | 25/03/2005 | AEA Ventallo |
| CT 27326 | FILBA GIRALT, VICENÇ | 17/03/2003 | CA Mollet |
| CT 28521 | FONT BOSCH, JULIA | 01/05/2003 | AEA Ventallo |
| CL 75268 | FRAMIS TERRAZAS, ADRIA | 05/06/2005 | AEA Ventallo |
| CL 79978 | FRIAS ROSELLO, NIL | 05/03/2005 | Avinent Manresa |
| CL 87581 | FUENTES INGLADA, JUDIT | 12/08/2003 | CA Puigcerda |
| CT 26215 | GABALDON GRAU, ARNAU | 02/05/2003 | AA Catalunya |
| CT 28415 | GALAN RODOREDA, CLAUDIA | 30/04/2004 | Avinent Manresa |
| CT 28685 | GARCIA MAGRANS, SERGI | 14/03/2003 | Avinent Manresa |
| CL 70640 | GARCIA SANCHEZ, DANIEL | 04/06/2005 | AA Catalunya |
| CT 28451 | GARCIA SERRANO, CARLA | 23/04/2004 | CA Canaletes |
| CL 79955 | GARRIDO RODRIGUEZ, CLAUDIA | 20/02/2006 | Avinent Manresa |
| CT 26216 | GAY TRIAS, IERZU | 06/01/2003 | AA Catalunya |
| CT 28482 | GIFRA PUIG, CLARA | 15/12/2004 | CA Laietania |
| CT 27104 | GIMENEZ PLANELL, LAURA | 13/09/2003 | CA Igualada |
| CL 75594 | GISTAU VALLVERDU, EUSEBI | 02/01/2005 | AAE Escola Treball |
| CL 87451 | GOMEZ NARGANES, ALEX | 17/01/2005 | AAE Escola Treball |
| CT 28514 | GOMEZ VERDUGO, ARNAU | 29/02/2004 | CA Canaletes |
| CT 28628 | GONZALEZ GUILLAMET, ALBERT | 10/09/2006 | CA Canovelles |
| CL 85474 | GONZALEZ PONSÀ, SIONA | 06/01/2005 | CA Sant Celoni |
| CT 28671 | GONZALEZ VIDAL, ALEX | 15/01/2003 | CA Igualada |
| CT 25917 | GUAL ALONSO, MARCEL | 20/08/2003 | CA Sant Celoni |
| CT 28629 | GUILLEN MORA, POL | 09/06/2006 | CA Canovelles |
| CL 71461 | GUIRAL ROBLES, POL | 10/06/2004 | Avinent Manresa |
| CT 28314 | GUIXERAS REIXACH, GERARD | 03/07/2003 | AEA Ventallo |
| CT 27452 | HABA FERRANDO, ERIC | 21/06/2003 | CA Castellar |
| CT 28253 | HARBOULI EL HAOUARI, WIAM | 10/01/2004 | CA Palafrugell-GiCB |
| CT 25929 | HERNANDEZ VALOR, PAULA | 14/02/2004 | CA Canovelles |
| CT 26826 | HERRAIZ PRAT, MARÇAL | 08/09/2003 | CA Mollet |
| CT 28661 | IBAÑEZ ROCHO, JOEL | 20/04/2006 | CA Canovelles |
| CT 28655 | IGLESIAS NAVARRETE, MAR | 02/11/2003 | CA Sant Celoni |
| CT 28688 | JANE GOL, ELOI | 31/01/2004 | CA Canaletes |
| CL 72426 | JIMENEZ CRISTIA, JOAN | 11/08/2004 | CA Gavà |
| CT 28085 | JIMENEZ ISABAL, ALBERT | 30/04/2004 | CA Canaletes |
| CL 70903 | JULIAN MARTOS, REMEI | 09/04/2003 | CA Ascó |
| CL 76099 | KUKU ORDOÑEZ, ISAAC | 17/07/2004 | Avinent Manresa |

| | | | |
|----------|---------------------------------|------------|---------------------|
| CL 84566 | KUVALDIN , GEORGY | 11/11/2006 | AA Catalunya |
| CT 28657 | LAHOSA CALVO, JULIA | 06/05/2006 | CA Parets |
| CL 70515 | LASHERAS SAIZ, JANA ZHI | 13/02/2004 | CA Granollers |
| CL 89222 | LEE , SEUNG WOO | 22/03/2004 | CA Canaletes |
| CT 28524 | LEON BENITEZ, VICTOR | 22/08/2004 | CA Granollers |
| CL 71473 | LLADO REAL, JOAN | 10/04/2006 | Avinent Manresa |
| CT 28438 | LLORENS MINGUITO, ALEIX | 14/06/2003 | CA Igualada |
| CL 79600 | LLUIS CASTILLO, ELIA | 12/06/2004 | CA Castellar |
| CL 81672 | LOPEZ MARIN, HELGA | 02/04/2006 | CA Sant Boi |
| CL 68577 | LOPEZ SERRAVINYALS, ALBA | 16/04/2005 | CA Igualada |
| CL 77091 | MALET ARMENGOL, ROC | 12/04/2006 | AA Catalunya |
| CL 71478 | MANZANO FERNANDEZ, CARLA | 21/01/2005 | Avinent Manresa |
| CL 78630 | MARCHANTE FERNANDEZ, NURIA | 16/03/2005 | CA Sant Celoni |
| CT 27560 | MARTI SAEZ, ANDREA | 05/05/2003 | CA Mollet |
| CT 28693 | MARTINEZ ALBALADEJO, DANIEL | 30/04/2004 | CA Gavà |
| CL 86519 | MARTINEZ HIDALGO, VICTOR | 26/02/2003 | CA Gavà |
| CT 28439 | MASSAGUE ABALLO, FRANCINA | 14/12/2004 | CA Igualada |
| CL 82095 | MATTEI ALVAREZ, ALESSANDRA | 19/05/2006 | CA Canaletes |
| CL 79124 | MATURANA BARCELO, BRUNO | 17/04/2006 | CA Canaletes |
| CL 73255 | MENDEZ CASTILLO, SARA | 24/01/2004 | CA Nou Barris |
| CL 83798 | MERENGUER GARZON, MARC | 18/01/2005 | Avinent Manresa |
| CT 28423 | MESTRE MONFA, CARLES | 06/02/2004 | CA Canaletes |
| CL 71180 | MOIX FALIP, NURIA | 08/03/2005 | CA Igualada |
| CL 72284 | MOLINA FERNANDEZ, VICTOR | 15/12/2004 | CA Montornes |
| CT 28254 | MOLINA SUÑER, LUCAS | 19/01/2004 | CA Palafrugell-GiCB |
| CT 25919 | MOLLEVI FERNANDEZ, CLAUDIA | 10/04/2003 | CA Sant Celoni |
| CL 77097 | MONTAÑES CORTIJO, EVA | 26/06/2006 | AA Catalunya |
| CT 27267 | MORA ESCUTIA, PAU | 20/05/2003 | CA Figueres |
| CL 71296 | MORA SOSPEDRA, ROGER | 22/07/2003 | CA Laietania |
| CT 28630 | MORENO RODRIGUEZ, PAU | 19/05/2006 | CA Canovelles |
| CL 85907 | MORILLA TORRES, IVAN | 05/10/2005 | CA Sant Boi |
| CT 28224 | MUAKUKU EÑESO, IGAMBO | 27/09/2004 | CA Nou Barris |
| CT 28607 | NIUBO NABAU, PAULA | 22/06/2005 | AA Xafatolls |
| CT 27259 | PALLISERA ROCHA, ABRIL | 22/05/2003 | CA Figueres |
| CL 83832 | PALOMERO CHANGUE, IXENT | 22/12/2005 | Avinent Manresa |
| CT 28662 | PARDILLO GALVEZ, NOA | 13/09/2006 | CA Canovelles |
| CL 86694 | PEDROL ALBERCH, AINA | 08/11/2003 | AEA Ventallo |
| CL 71503 | PEREZ BRUQUE, DAVID | 01/03/2005 | Avinent Manresa |
| CL 71636 | PEREZ GARCIA, LAURA | 03/03/2004 | CA Canaletes |
| CT 26221 | PEREZ RODRIGUEZ, JOEL | 31/03/2003 | AA Catalunya |
| CL 76106 | PERPIÑAN MARSINYACH, PAU PAMUKE | 08/05/2004 | Avinent Manresa |
| CL 70852 | PIÑAS CABELLO, ARIADNA | 27/05/2004 | AAE Escola Treball |
| CL 69384 | PONS MIRO, BERNAT | 01/06/2003 | CA Sant Celoni |
| CT 28665 | PRADOS MOLINA, IKER | 30/08/2006 | CA Canovelles |
| CL 78929 | PUIG PARDO, LAIA | 20/02/2006 | AA Tona |
| CL 71312 | PUJOL SOLA, MARIA | 01/06/2005 | CA Laietania |
| CT 28614 | PUNZANO LATORRE, CARLA | 05/02/2003 | CA Montornes |
| CL 79823 | QUERALTO HERRERA, IAN | 07/01/2005 | CA Igualada |
| CL 72306 | RAMIREZ CORTES, AARON | 19/11/2006 | CA Montornes |
| CL 72305 | RAMIREZ CORTES, IZAN | 22/10/2004 | CA Montornes |
| CL 90282 | RAMOS NAVARRO, ORIOL | 20/04/2005 | CA Granollers |
| CL 82668 | REYES FERNANDEZ, PAULA | 29/05/2005 | AEA Ventallo |
| CT 28666 | REYES OYONO, ALEXIA | 25/07/2005 | CA Canovelles |
| CT 28631 | REYES OYONO, LISSETH | 25/07/2005 | CA Canovelles |
| CT 26905 | RIERA BLESÀ, MIQUI | 14/06/2003 | Avinent Manresa |

| | | | |
|----------|---------------------------|------------|---------------------|
| CL 69753 | RIERA PERETO, OLAU | 18/09/2006 | CA Igualada |
| CT 28517 | ROBLEDA GRACIA, ERIKA | 18/02/2004 | CA Nou Barris |
| CL 71081 | ROCA RIVERA, JAN BIEL | 01/02/2004 | CA Granollers |
| CL 74736 | RODRIGUEZ RECOLONS, BERTA | 22/04/2003 | CA Sant Celoni |
| CL 87587 | RODRIGUEZ REQUENA, JOEL | 10/03/2005 | CA Parets |
| CL 87517 | RODRIGUEZ RUIZ, MAX | 22/08/2004 | AA Tona |
| CL 88990 | RODRIGUEZ SANTOS, ALBA | 09/11/2006 | CA Molins |
| CT 28494 | ROUTBI TEHIRI, DOUNIA | 27/05/2003 | CA Figueres |
| CT 28667 | RUBIO BENITO, IVANA | 15/09/2005 | CA Canovelles |
| CT 26169 | RUIZ BETLEJ, DANI | 31/07/2003 | CA Palafrugell-GiCB |
| CL 68642 | RUIZ CAZAÑEZ, SAUL | 31/12/2004 | Barcelona At. |
| CL 73292 | RUIZ HERNANDEZ, ALBA | 22/03/2004 | CA Nou Barris |
| CT 26224 | RUIZ RODRIGUEZ, BERTA | 22/02/2003 | AA Catalunya |
| CL 80637 | SALAS MOLINA, ALICIA | 10/01/2005 | CA Baix Montseny |
| CT 28487 | SALAS SAMSO, BIEL | 03/04/2003 | Avinent Manresa |
| CL 88694 | SANCHEZ CORTES, ORIOL | 02/03/2006 | AA Catalunya |
| CL 91025 | SANCHEZ DIAZ, RUBEN | 04/05/2006 | CA Igualada |
| CL 72314 | SANCHEZ LOZANO, GERARD | 26/07/2005 | CA Montornes |
| CT 28475 | SANCHIS CABALLERO, JUDITH | 28/05/2003 | CA Granollers |
| CL 71526 | SANTANACH PINTO, MAR | 28/07/2006 | Avinent Manresa |
| CL 75266 | SARR , BABOU | 18/02/2006 | AEA Ventallo |
| CL 91588 | SEDANO MARTIN, ADRIAN | 25/11/2005 | Avinent Manresa |
| CL 89021 | SEGOVIA IZQUIERDO, ANDREA | 23/02/2004 | CA Canaletes |
| CT 27270 | SEGURA MASSO, ISAAC | 07/05/2003 | CA Molins |
| CT 28516 | SEGURA RETANA, NIL | 28/04/2004 | CA Canaletes |
| CT 28491 | SENDRA LEAL, JOAN | 11/01/2004 | CA Igualada |
| CL 70690 | SERRA BONAFONTE, GEORGINA | 04/10/2005 | AA Catalunya |
| CL 82648 | SERRA PRAT, MARTI | 29/04/2005 | Avinent Manresa |
| CL 70301 | SHARMA , NIL | 21/01/2006 | AA Catalunya |
| CT 27327 | SOLA MEDINA, JUDIT | 22/03/2003 | CA Mollet |
| CL 79942 | SOLE VERDAGUER, AINA | 05/05/2005 | Avinent Manresa |
| CL 85881 | TAGGI PADRO, MARIA | 27/01/2005 | CA Cambrils |
| CL 76819 | TEIJEIRO GAMEZ, RUBEN | 18/02/2006 | CA Canaletes |
| CT 27128 | TERUEL SANCHEZ, ALEX | 08/02/2003 | CA Canaletes |
| CL 71671 | TOMAS HOMAR, ARNAU | 15/02/2003 | CA Canaletes |
| CT 27590 | TORRES CASAS, ANIOL | 23/01/2004 | AA Catalunya |
| CT 28488 | TRISTANY NOGUES, RUT | 11/05/2004 | Avinent Manresa |
| CL 78529 | ULLAR CALVO, MARTI | 12/07/2005 | CA Parets |
| CT 28424 | URRUTIA HERRERA, AINA | 30/07/2004 | CA Canaletes |
| CL 83972 | VALERO NAVARRO, ERIKA | 05/06/2006 | Barcelona At. |
| CL 70052 | VIDAL CASADESUS, BEMNET | 11/06/2005 | CA Nou Barris |
| CL 68608 | VILA ROSET, QUIM | 14/06/2006 | CA Igualada |
| CL 76351 | VILA ROVIRA, BERTA | 06/12/2005 | CA Gavà |
| CL 72321 | VIVES GALBANY, LAIA | 07/08/2005 | CA Montornes |
| CL 71108 | VIZCAINO MATEO, ARNAU | 26/07/2006 | CA Granollers |
| CL 76592 | YUZBASHYAN , ZHANETTA | 22/04/2005 | AA Palamos |
| CL 77407 | ZUNINO VUJICHICH, MARTINA | 31/10/2006 | CA Igualada |

Atletes convocats/des jornada diumenge (Grup B):

| | | | |
|----------|-----------------------------|------------|-----------------------|
| CL 88766 | ABERGUI , ALAA | 10/06/2003 | UA Terrassa |
| CT 27107 | ACEDO MARIN, ALEJANDRO | 05/08/2003 | Muntanyenc S.Cugat |
| CL 81142 | ADAN CHAVERO, ITZIAR | 09/07/2006 | Dinami-k CA Vilanova |
| CT 28235 | ADJAR NAJJAOU, SARA | 08/09/2004 | GA Lluïsos Mataro |
| CL 76944 | AGUILERA HEREDIA, NORA | 18/04/2005 | CA Sta.Cristina d'Aro |
| CL 91638 | AGUSTINA RIBERA, GERARD | 16/04/2003 | Independent |
| CL 85160 | ALABART VIDAL, GEORGINA | 03/06/2005 | Runners El Vendrell |
| CT 28213 | ALARCON GARCIA, CLAUDIA | 12/01/2004 | Muntanyenc S.Cugat |
| CL 75169 | ALCAIDE ORTEGA, PAU | 03/04/2004 | Cornellà At. |
| CL 71683 | ALDAVE MAS, LAIA | 29/01/2005 | CA Tarragona |
| CL 79732 | ALEGRE GOMEZ, JOEL | 22/02/2005 | UA Montsià |
| CT 27059 | ALEMANY ORO, AIDA | 04/03/2003 | JA Arbeca |
| CT 28502 | ALTARRIBA SOLA, ABRIL | 23/08/2004 | FC Barcelona |
| CT 28621 | AMOROS RODRIGUEZ, NAYARA | 22/01/2005 | Runners El Vendrell |
| CL 81616 | AMOROS RODRIGUEZ, NEREA | 01/05/2003 | Runners El Vendrell |
| CT 28339 | ANTOJA VANDELLOS, ESTEL | 20/06/2003 | Muntanyenc S.Cugat |
| CL 78320 | ANTONIO MARIANAS, ANNELIESE | 15/03/2005 | Cornellà At. |
| CT 26404 | ARAGO PORTILLO, MARTINA | 09/05/2003 | ISS - L'Hospitalet |
| CT 28511 | ARBO BONEU, MAX | 24/02/2003 | Lleida UA |
| CL 88814 | ARJONA GALLEGU, NEREA | 10/11/2005 | CG Tarragona |
| CL 79711 | ARTIGAS MEDINA, ISAIAS | 09/09/2006 | Muntanyenc S.Cugat |
| CL 87613 | ATIENZA REIG, GERARD | 17/05/2004 | JA Sabadell |
| CL 90768 | BA MORETA, ESTEFANY | 21/02/2006 | UA Rubí |
| CL 77871 | BALDI GARCIA, ISAAC | 25/02/2004 | Muntanyenc S.Cugat |
| CT 28697 | BARROSO RODRIGUEZ, ALEXIA | 19/05/2003 | Lleida UA |
| CL 68893 | BEJARANO DIAZ, CLAUDIA | 06/01/2006 | CA Viladecans |
| CT 27274 | BELTRAN LLIBERIA, MARCEL | 28/03/2003 | CA Terres de l'Ebre |
| CL 90722 | BLANCH ALSO, ARNAU | 16/03/2005 | UA Montsià |
| CT 27258 | BLASI CAIROL, VICTOR | 19/02/2003 | CE Universitari |
| CL 80156 | BOIX BARO, CESC | 29/05/2005 | CAE Agramunt |
| CT 27061 | BONJORN GIROS, OXANA | 03/01/2003 | JA Arbeca |
| CT 26938 | BORRAS DE LAS HERAS, MIQUEL | 07/03/2003 | JA Sabadell |
| CL 76276 | BURGOS PACHERRES, ADRIAN | 30/09/2004 | Cerdanyola C d'Hoquei |
| CT 25934 | BUYREU ALIAS, MAR | 19/09/2003 | Pratenc AA |
| CT 27249 | BUZON LOPEZ, JAN UNCAS | 17/05/2003 | UA Terrassa |
| CL 74160 | CACERES PEREZ, BETH | 04/04/2005 | CA Viladecans |
| CL 74161 | CACERES PEREZ, XENIA | 04/04/2005 | CA Viladecans |
| CL 78117 | CAGIGOS BOSCH, CARLA | 25/08/2006 | Lleida UA |
| CT 28622 | CALATAYUD MUÑOZ, PAU | 04/01/2005 | Runners El Vendrell |
| CL 83057 | CALVANO SORRIBES, ABRIL | 16/04/2006 | Independent |
| CT 26581 | CAMPS CALDERON, ALEJANDRA | 30/09/2003 | JA Sabadell |
| CT 28344 | CARDONA PONCE, ANNA | 28/04/2004 | CA Terres de l'Ebre |
| CT 28481 | CAROL ADROHER, PAU | 11/01/2003 | CN Banyoles |
| CL 68723 | CARRILLO PEREZ, CARLOS | 27/03/2003 | U Colomenca At. |
| CL 69044 | CASCALLO VERNEREY, ELIA | 29/10/2004 | Martorell AC |
| CT 27223 | CASTARLENAS MENGUAL, JOEL | 19/02/2004 | ISS - L'Hospitalet |
| CL 90935 | CATLLA DIAZ, MAYA | 15/04/2006 | UA Rubí |
| CL 74165 | CEMBORAIN VALDELVIRA, ALEX | 20/02/2006 | CA Viladecans |
| CT 28519 | CLIMENT ZHOU, EDGAR | 02/07/2003 | U Colomenca At. |
| CL 86151 | CODOÑES TAPIAS, IVET | 29/09/2006 | Penya APA Anem-hi |
| CL 70201 | CORDERO CAZORLA, POL | 01/04/2005 | UA Rubí |
| CL 90686 | COVELO GONZALEZ, MIGUEL | 25/01/2006 | Pratenc AA |

| | | | |
|----------|--------------------------------|------------|-----------------------|
| CL 80264 | CUEVAS SOLA, MARTINA | 22/01/2006 | UA Barberà |
| CT 26056 | DE LA TORRE BELANA, JOAN | 13/01/2003 | JA Montcada |
| CT 28433 | DE SOUSA BRITO, SOFIA | 10/04/2003 | Muntanyenc S.Cugat |
| CT 25901 | DIAZ DELGADO, MARC | 22/07/2003 | ISS - L'Hospitalet |
| CL 80225 | DIMITROV CASAS, NEDELKA | 24/07/2005 | CE Universitari |
| CT 28504 | DOMINGUEZ MORALES, AXEL | 28/04/2003 | UA Montsià |
| CT 26580 | DOMINGUEZ TORNER, CARLA | 10/07/2003 | JA Sabadell |
| CL 87065 | DUNAND , ZOE | 26/01/2006 | CA Viladecans |
| CT 28338 | EIXARCH ALEJOS, FERRAN | 07/03/2003 | UA Montsià |
| CL 91208 | EL AMOUD KAFRY, YASIR | 26/06/2005 | Pedala.Cat Balaguer |
| CL 74737 | EL KHOUYA ALI BAHYAQUI, MARWA | 11/05/2006 | Lleida UA |
| CL 71359 | EL KOUYA ALI BAHYAQUI, MOHAMED | 21/12/2004 | Lleida UA |
| CL 70474 | ELVIRA MARTIN, POL | 16/10/2005 | CA Viladecans |
| CL 73921 | ENRIQUE AMADAS, ALBERT | 23/11/2005 | UA Terrassa |
| CT 27930 | ESCOLANO GARCIA, IRENE | 21/05/2004 | U Colomenca At. |
| CL 71360 | ETTALYDY BOUKHALLOUF, AMINE | 29/03/2004 | Lleida UA |
| CL 86258 | EXPOSITO RODRIGUEZ, LUCAS | 20/06/2006 | Cornellà At. |
| CL 91556 | FERNANDEZ GARCIA, JUAN PABLO | 08/02/2006 | Pratenc AA |
| CT 28668 | FERNANDEZ MARTINEZ, ENRIC | 02/03/2004 | UA Terrassa |
| CT 25959 | FERNANDEZ ORTIZ, CLARA | 22/10/2003 | Muntanyenc S.Cugat |
| CL 73770 | FERRE NIETO, GUILLEM | 23/05/2006 | CA Torredembarra |
| CT 28282 | FERRER MONCUSI, POL | 09/06/2003 | Cornellà At. |
| CL 72163 | FORCADA EDO, ARIADNA | 11/06/2004 | Cornellà At. |
| CT 27217 | FRIGOLA GARCIA, GEMMA | 22/03/2004 | GEiE Gironí |
| CL 74385 | FUCHS TAULERIA, ALEIX | 17/03/2005 | Muntanyenc S.Cugat |
| CT 28453 | FUENTES MAS, GERARD | 17/07/2003 | UA Terrassa |
| CL 90798 | GABRIEL RODRIGUEZ, MEREM | 20/05/2005 | JA Sabadell |
| CT 26723 | GARCIA FUENTES, JULIA | 21/07/2003 | Cerdanyola C d´Hoquei |
| CT 28379 | GARCIA MARTINEZ, MARC | 24/02/2004 | UGE Badalona |
| CT 28454 | GARCIA VEGAS, DAINARA | 30/09/2004 | Cornellà At. |
| CT 26509 | GARRIDO RUBIO, ESTELA | 17/03/2003 | UA Barberà |
| CT 25894 | GASCON BERNABEU, CARLA | 14/01/2003 | CA Sant Just |
| CL 69683 | GERMA MUNDET, ANIOL | 01/08/2006 | CN Banyoles |
| CL 85358 | GIMENEZ PUIG, GUILLEM | 28/06/2006 | CA Sant Just |
| CT 28689 | GISBERT AGUZA, BRIAN | 27/02/2004 | CN Reus Ploms |
| CL 73811 | GOMEZ CARMONA, ADRIAN | 12/02/2005 | UA Barberà |
| CL 88704 | GONZALEZ COSTA, ABRIL | 21/07/2005 | CE Universitari |
| CT 28215 | GONZALEZ FAÑANAS, IRMA | 05/07/2004 | Muntanyenc S.Cugat |
| CT 27468 | GONZALEZ FAÑANAS, JOSE | 10/02/2003 | Muntanyenc S.Cugat |
| CL 75251 | GONZALEZ FLORES, OSCAR | 26/09/2006 | Cornellà At. |
| CL 87017 | GONZALEZ GARRIGA, SERGI | 19/01/2004 | CA Viladecans |
| CT 27269 | GONZALEZ SANCHEZ, MARIA | 23/04/2003 | UGE Badalona |
| CL 90222 | GRACIA GASULLA, ELOI | 10/03/2005 | FC Barcelona |
| CL 78003 | GRACIA SABATE, ERIC | 14/07/2006 | Pedala.Cat Balaguer |
| CL 87523 | GUIJARRO RUIZ, ESTHER | 09/03/2006 | ISS - L'Hospitalet |
| CT 25875 | GUTIERREZ ROMERO, LAURA | 31/01/2003 | CA Vic |
| CL 85581 | HERNANDEZ PEREZ, LOLA | 20/06/2005 | Muntanyenc S.Cugat |
| CT 28652 | HERNANDEZ TARRADAS, MERITXELL | 06/04/2004 | CA Sant Just |
| CT 28627 | HURTADO CAMPS, JANA | 10/07/2005 | CE Universitari |
| CL 88761 | JIMENEZ COUSTE, ERICO | 25/03/2006 | UA Terrassa |
| CL 72170 | JIMENEZ GONZALEZ, JOAN | 28/12/2005 | Cornellà At. |
| CT 28684 | JUANOLA GASSIOT, MAR | 18/11/2003 | CN Banyoles |
| CT 25946 | LARRINAGA CUBA, IRATI | 03/11/2004 | CA Sant Just |
| CL 77486 | LASQUIBAR GARCES, VICTOR | 03/10/2004 | Dinami-k CA Vilanova |
| CT 27127 | LAVILA TORT, ANDREY | 10/03/2003 | CN Banyoles |

| | | | |
|----------|----------------------------------|------------|----------------------|
| CL 87329 | LEAL SOLE, POL | 16/08/2005 | Lleida UA |
| CT 25947 | LICONA CALBET, PAULA | 26/02/2003 | CA Sant Just |
| CL 88254 | LIMA SILVA, PABLO | 16/02/2006 | CA Vilafranca |
| CT 28354 | LISTE HURTADO, RUBEN | 10/12/2004 | CA Viladecans |
| CT 28626 | LLORET SELLABONA, JANA | 13/09/2005 | GEiE Gironí |
| CL 78090 | LOPEZ CRISTIA, IRINA | 13/02/2006 | FACVAC Valls |
| CL 74542 | LOPEZ HORNERO, SERGI | 07/07/2006 | Pratenc AA |
| CL 75384 | LOPEZ ROLDAN, BERTA | 30/04/2006 | Pratenc AA |
| CT 28633 | LOPEZ SALA, MARC | 22/12/2005 | UA Rubí |
| CL 88462 | LOPEZ VEIGA, ELISABETH | 16/02/2004 | U Colomenca At. |
| CT 28624 | LOZANO GONZALEZ, MAR | 28/07/2006 | Runners EI Vendrell |
| CT 27320 | MACHIN AKURU, GLORIA PILAR | 25/11/2004 | CG Tarragona |
| CL 90203 | MACIAS FERNANDEZ, ADRIAN | 30/01/2006 | UA Rubí |
| CT 28409 | MARIMON FERNANDEZ, LAURINE ELISA | 17/09/2004 | CA Tarragona |
| CT 27224 | MARTI GARRAVE, SERGI | 26/10/2004 | Dinami-k CA Vilanova |
| CL 76687 | MARTIN OLIVA, ALEX | 20/01/2005 | CA Sant Just |
| CL 82265 | MARTINEZ AIGUADE, ORIOL | 21/10/2006 | FC Barcelona |
| CL 72340 | MARTINEZ BATISTA, ROGER | 12/12/2004 | FACVAC Valls |
| CT 24682 | MARTINEZ FERNANDEZ, ONA | 14/04/2003 | CA Sant Just |
| CT 26513 | MARTINEZ LOPEZ, DANIEL | 02/08/2003 | UA Barberà |
| CT 27112 | MARTINEZ RODRIGUEZ, OSCAR | 28/09/2003 | Pratenc AA |
| CT 25895 | MARTINEZ SERRA, MARTINA | 22/01/2003 | CA Sant Just |
| CL 88439 | MENDOZA MORENO, POL | 25/01/2006 | U Colomenca At. |
| CT 28520 | MESEGUER VIDAL, RAMON | 10/03/2003 | UA Montsià |
| CT 28405 | MIRALLES RINCON, JOEL | 01/08/2003 | Velocistes Penedes |
| CL 87586 | MIRAVETE NSIE, ANA MARGARITA | 29/01/2006 | UA Montsià |
| CT 27222 | MIRET BARRULL, ARNAU | 19/05/2004 | Martorell AC |
| CL 80672 | MIRET POCH, FOIX | 30/01/2006 | CE Penedès |
| CL 77688 | MITJANS MUÑOZ, MARTA | 28/12/2006 | Penya APA Anem-hi |
| CL 84057 | MOGAS MORALES, ORIOL | 10/09/2004 | Cornellà At. |
| CL 76630 | MOLINA ESPARTERO, IVAN | 19/01/2006 | GA Lluïsos Mataro |
| CL 84058 | MONTES LOPEZ, DANIEL | 10/09/2005 | Cornellà At. |
| CL 80951 | MONTEYS RIERA, MAX | 29/06/2006 | Muntanyenc S.Cugat |
| CT 27278 | MORAGAS MOLINA, HELENA | 03/03/2003 | CA Sant Just |
| CL 82266 | MORANCHO BARGAS, BIEL | 02/02/2006 | FC Barcelona |
| CT 25892 | MORENO GONZALEZ, RAQUEL | 16/07/2004 | CA Sant Just |
| CL 72185 | MORENO MORENO, IVAN | 16/04/2004 | Cornellà At. |
| CL 68795 | MOYA VALLS, ALBA | 17/11/2006 | Dinami-k CA Vilanova |
| CL 80902 | MUÑOZ TORNER, NEREA | 03/05/2006 | UA Terrassa |
| CL 75531 | MUR RODRIGUEZ, CRISTINA | 18/06/2004 | Muntanyenc S.Cugat |
| CT 28239 | NAVARRO PERTIÑEZ, CELIA | 29/01/2004 | JA Sabadell |
| CL 89042 | NUÑEZ SANCHEZ, NEUS | 06/05/2005 | Cornellà At. |
| CT 26124 | OBRADORS BARO, MARTA | 02/12/2003 | ISS - L'Hospitalet |
| CL 74319 | OLALLA GALLEGO, VALERIA | 15/06/2006 | UA Rubí |
| CT 28495 | OLIVER PEREZ, PABLO | 22/11/2003 | Lleida UA |
| CL 84786 | ORTEGA ISERN, NUR | 24/09/2006 | CA Vila-seca |
| CT 27225 | PAGES MABOKA, LERATO | 14/04/2005 | Dinami-k CA Vilanova |
| CL 77497 | PAGES VIVES, ELOI | 09/01/2004 | Dinami-k CA Vilanova |
| CT 28676 | PALACIN ESTER, PATRICIA | 31/01/2003 | UA Terrassa |
| CL 78863 | PALLARES MAYORAL, BIEL | 01/09/2005 | GEiE Gironí |
| CL 69457 | PALOMAR PEREZ, IVET | 21/04/2005 | UA Terrassa |
| CL 71732 | PAREDES LARIO, RUBEN | 10/03/2005 | FACVAC Valls |
| CT 28632 | PASCUAL LOPEZ, AINA | 10/03/2005 | Dinami-k CA Vilanova |
| CL 78324 | PASTRANA YAGUE, MERITXELL | 09/02/2005 | Cornellà At. |
| CT 28698 | PAYRATO CASALS, CELIA | 27/09/2004 | FC Barcelona |

| | | | |
|----------|--------------------------------|------------|-----------------------|
| CT 28656 | PERALTA RUIZ, VALENTINA | 10/02/2003 | CG Tarragona |
| CT 25924 | PEREZ GARCIA, SARA | 04/05/2003 | CE Universitari |
| CT 25964 | PEREZ MOLTO, NEREA | 01/04/2003 | Muntanyenc S.Cugat |
| CL 74130 | PEREZ RAMOS, MARINA | 01/06/2004 | UGE Badalona |
| CL 69790 | PIZARRO SERRANO, DANIEL | 25/09/2005 | Runners El Vendrell |
| CL 69791 | PIZARRO USTRELL, JORDI | 25/04/2005 | Runners El Vendrell |
| CL 72047 | PLANAS MASDEVALL, ELM | 17/03/2006 | CN Banyoles |
| CT 28638 | PLANAS MASDEVALL, QUERALT | 21/02/2003 | CN Banyoles |
| CL 71737 | POMES CABELLO, MARTINA | 02/02/2005 | CA Tarragona |
| CL 78101 | PONS MIRO, LLUIS | 07/02/2005 | FACVAC Valls |
| CT 26918 | PONS OLIVAN, ROGER | 13/02/2003 | CE Universitari |
| CL 89516 | POTTS GORGUE, ELISA | 26/11/2004 | Muntanyenc S.Cugat |
| CT 26510 | POU CALDERON, LAURA | 21/04/2003 | UA Barberà |
| CT 28692 | PRADO MORALES, LUCIA | 29/07/2004 | UA Terrassa |
| CL 73983 | PRIEGO CAZORLA, ADRIAN | 10/08/2005 | UA Terrassa |
| CT 28687 | PUBILL VILARDELL, BERNAT | 21/03/2003 | Muntanyenc S.Cugat |
| CL 80382 | PUENTEDURA CABANILLAS, MARTINA | 08/06/2003 | CA Sant Just |
| CT 25893 | QUIROS GONZALEZ-PALACIO, ANGEL | 15/05/2004 | CA Sant Just |
| CL 69758 | RAFART ARQUES, XAVI | 06/03/2006 | FC Barcelona |
| CT 25966 | RAMBLA CALATAYUD, ABRIL | 13/11/2003 | Muntanyenc S.Cugat |
| CT 28680 | RAMIREZ FLORES, JANA | 29/10/2004 | FACVAC Valls |
| CT 28361 | REYES ESPAÑA, AINARA | 27/10/2004 | JA Sabadell |
| CL 70228 | RIGAU FERNANDEZ, ARIADNA | 07/04/2006 | CG Tarragona |
| CL 81958 | RIPOLLES ARCO, ADRIA | 12/02/2006 | UA Montsià |
| CT 27377 | ROCA ROSA, JOFRE | 08/01/2005 | CE Esports Parra |
| CT 28238 | RODRIGUEZ CORONADO, HECTOR | 29/05/2003 | JA Sabadell |
| CL 80955 | RODRIGUEZ FISCHER, MATHIOS | 20/02/2005 | Muntanyenc S.Cugat |
| CT 25968 | RODRIGUEZ IZQUIERDO, NOA | 23/04/2003 | Muntanyenc S.Cugat |
| CT 28358 | RODRIGUEZ JIMENEZ, VIOLETA | 13/06/2003 | CA Viladecans |
| CT 28619 | RODRIGUEZ JUAN, PAULA | 20/07/2006 | CA Sant Just |
| CT 27323 | RODRIGUEZ MARTINEZ, HUGO | 25/02/2004 | CG Tarragona |
| CL 74049 | RODRIGUEZ VENDRELL, LAIA | 03/05/2005 | U Colomenca At. |
| CL 90523 | ROFES PALACIOS, ALEXANDRA | 27/09/2004 | CA Tarragona |
| CL 74848 | ROMEU CENDROS, JAZMIN | 02/08/2006 | CE Penedès |
| CL 80959 | ROMEVA RIBA, ELDA | 23/03/2006 | Muntanyenc S.Cugat |
| CT 25948 | ROSAS GONZALEZ, LARA | 12/02/2003 | CA Sant Just |
| CL 72651 | ROSET AIGUADE, MARIA | 31/10/2005 | JA Arbeca |
| CL 82470 | ROVIROSA SARDA, ANNA | 07/07/2005 | Runners El Vendrell |
| CL 85681 | ROYES SANCHEZ, ELOI | 16/11/2006 | FACVAC Valls |
| CT 26123 | ROYO PLAZA, LOLA | 06/01/2003 | ISS - L'Hospitalet |
| CL 68875 | RUIZ ALVARO, GABRIELA | 17/02/2006 | CA Terres de l'Ebre |
| CL 83348 | RUIZ BULNES, SILVIA | 10/08/2005 | Pratenc AA |
| CL 86116 | SALA MORENO, PAU | 22/07/2005 | ISS - L'Hospitalet |
| CT 25969 | SALA MUÑOZ, MARC | 21/02/2003 | Muntanyenc S.Cugat |
| CT 28032 | SALMERON HUCKE, OLIVIA | 21/02/2003 | Dinami-k CA Vilanova |
| CL 91170 | SALOMON PAGESPETIT, JOAN | 03/06/2005 | CE Universitari |
| CL 76570 | SANCHEZ MIRANDA, MARIA | 16/05/2005 | UA Terrassa |
| CT 28444 | SANCHEZ MONTALBAN, CRISTINA | 10/11/2004 | CA Viladecans |
| CL 84068 | SANCHEZ ORTIZ, CLAUDIA | 06/09/2004 | CN Olot |
| CT 25942 | SANCHEZ ROMERO, JORDI | 23/03/2004 | ISS - L'Hospitalet |
| CL 80963 | SANTAMARIA BORGES, LUCAS | 27/09/2006 | Muntanyenc S.Cugat |
| CL 70957 | SAUBI MAS, ARNAU | 03/09/2004 | CA Sta.Cristina d'Aro |
| CT 28623 | SERRET MENENDEZ, GRISELDA | 09/07/2005 | Runners El Vendrell |
| CL 80914 | SOLA LARA, MARIA | 13/01/2006 | UA Terrassa |
| CL 86327 | SORIANO MARQUEZ, BERTA | 03/03/2006 | CE Penedès |

| | | | |
|----------|-----------------------------|------------|-----------------------|
| CL 80324 | SOY COSTA, GAL-LA | 05/06/2004 | CA Vic |
| CL 69644 | SUBASIC LOPEZ, MARC | 14/02/2006 | CN Reus Ploms |
| CT 26925 | SUÑE OLIVE, JOANA | 05/08/2003 | ISS - L'Hospitalet |
| CT 28271 | SURIA ASENSIO, ROGER | 19/05/2003 | Independent |
| CT 26947 | SURROCA FIGUERES, GISELA | 25/06/2003 | JA Sabadell |
| CT 25925 | TARRATS CASTILLO, JAN | 05/02/2003 | CE Universitari |
| CT 27952 | TERUEL SUBIRATS, BERTA | 03/03/2004 | FC Barcelona |
| CL 89530 | TORRAS CLAVEROL, MARC | 11/10/2005 | Muntanyenc S.Cugat |
| CT 28402 | TORRES GARCIA, LAURA | 19/12/2003 | Ripollet UA |
| CL 73501 | TRAVE FERRER, JUDIT | 27/01/2005 | CE Penedès |
| CT 28695 | TUÑON NOVENSA, ANNA | 02/04/2004 | Cornellà At. |
| CT 26948 | URBAN RUEDA, CARLA | 29/12/2003 | JA Sabadell |
| CL 73505 | VALDEPEÑAS VALDERRAMA, PAU | 02/05/2005 | CE Penedès |
| CT 28649 | VALDEZ PRIETO, MARTHA | 19/08/2003 | UA Terrassa |
| CT 27262 | VALLDEPEREZ TOMAS, EDGAR | 17/02/2003 | UA Montsià |
| CL 81451 | VALLS RUISANCHEZ, JOAQUIN | 26/10/2005 | CG Tarragona |
| CL 74158 | VALVERDE DIAZ, SANDRA | 20/09/2005 | UGE Badalona |
| CT 28496 | VARA ENRIQUE-TARANCON, LAIA | 03/03/2004 | Lleida UA |
| CT 26578 | VELASCO GONZALEZ, VICTOR | 11/01/2003 | Muntanyenc S.Cugat |
| CT 26736 | VERDUGO SANCHEZ, OLGA | 28/01/2003 | Cerdanyola C d'Hoquei |
| CT 27335 | VIDAL POY, MARIA | 20/05/2004 | UA Montsià |
| CL 80166 | VILANOVA LOPEZ, PAU | 12/06/2006 | CAE Agramunt |
| CT 28634 | VILCHES SEGURA, VIOLETA | 25/05/2005 | UA Rubí |
| CL 72352 | VIVES ESPLUGAS, ALEIX | 27/09/2004 | FACVAC Valls |
| CL 74720 | ZURITA CARBO, LAIA | 26/05/2005 | UGE Badalona |

ANNEX I: Per a atletes

DADES DE CONTACTE I CATEGORITZACIÓ

(obligatori lliurar-lo el dia de l'activitat)

| | | | |
|--------------------------------------|---------|-------------------|--|
| Nom: | | Cognoms: | |
| NIF: | Gènere: | Data naixement: | |
| Tel. Mòbil: | | Mail: | |
| Adreça: | | Població: | |
| Codi Postal: | | | |
| Nom i cognoms pare/mare/tutor legal: | | | |
| Mail pare/mare/tutor legal: | | | |
| Ètnia pare*: | | Estudis pare**: | |
| Ètnia mare*: | | Estudis mare**: | |
| Ètnia atleta*: | | Estudis atleta**: | |
| Prova principal: | | Marca o lloc: | |
| Prova secundària: | | Marca o lloc: | |
| Club: | | | |

Nom i cognoms entrenador:

Titulació entrenador:

Tel. Mòbil entrenador:

Mail entrenador:

(*) La informació sol·licitada és essencial per valorar correctament els resultats d'aquestes proves.

*Ètnia

Caucasiana Mediterrània
Caucasiana Nòrdica
Magrebí
Sub Sahariana
Sub Sahariana Oriental (Kenya/Etiòpia)
Sub Sahariana Occidental (Nigèria)
Caribenya
Colombínica
Índia

**Estudis

No sap / no contesta
Sense estudis
Educació Primària acabada (abans EGB)
Educació Secundària acabada (abans BUP)
Batxillerat (abans COU) o Formació Professional (FP) acabada
Estudis Universitaris acabats

AUTORITZACIONS

Autoritzo l'assistència, del menor del que sóc representant legal en el cas que l'atleta convocat sigui menor d'edat, o en pròpia representació en el cas que l'atleta convocat sigui major d'edat, a les proves realitzades per la FCA el cap de setmana del 24 i 25 de novembre, assumint la responsabilitat de qualsevol acte, incidència o accident el que pugui estar implicat durant el decurs d'aquesta activitat i accepto que per una falta disciplinària, sigui expulsat de la convocatòria.

Autorització cessió drets d'imatge i de veu del menor del que sóc representant legal en el cas que l'atleta menor convocat sigui menor d'edat o en pròpia representació en el cas que l'atleta sigui major d'edat, i autoritzo expressament a la Federació Catalana d'Atletisme (en endavant FCA), amb domicili en carrer Trafalgar, 12 a utilitzar gratuïtament, de forma no exclusiva, a nivell mundial i durada indefinida, la imatge i/o veu captada en les fotografies i gravació de vídeo preses durant les proves a realitzar, per a la seva reproducció, edició, distribució, transformació i comunicació pública en qualsevol mitjà de comunicació, escrit i/o audiovisual, electrònic, digital, en Internet present i futur, en :

- * El lloc web www.fcatletisme.cat
- * Els llocs web i/o perfils en xarxes socials FCA, Intranet FCA i qualsevol lloc web pertanyent a societats degudament autoritzades per la FCA, en particular, els mitjans de comunicació i patrocinadors de la FCA, que parlin de l'event. (algun dels proveïdors de serveis d'allotjament de vídeos i fotos en Internet inclouent xarxes socials podran estar ubicats en països fóra de l'espai econòmic europeu, en els que no existeix un nivell de protecció de dades equivalent a l'espanyol/ europeu).

Autorització a l'ús dels resultats esportius obtinguts per a la realització d'estudis científics esportius i la publicació en forma de dades agregats d'acord amb les normes ètiques internacionals del menor del que sóc representant legal en el cas que l'atleta convocat sigui menor d'edat o en pròpia representació en el cas que l'atleta sigui menor d'edat o en pròpia representació en el cas que l'atleta convocat sigui major d'edat. D'acord amb lo disposat pel "Reglament (UE) 2016/79 del Parlament Europeu i del Consell de 27 d'abril de 2016 relatiu a la protecció de les persones físiques en el que respecta al tractament de dades personals i a la lliure circulació d'aquestes dades i, pel qual es deroga la Directiva 95/46/CE i seguint les pautes de la Declaració d'Helsinki de l'Associació Mèdica Mundial sobre els principis ètics per a les investigacions mèdiques en éssers humans (iniciat en 1964), el participant en les proves organitzades per la Federació Catalana d'Atletisme (en endavant FCA) per a que les seves dades de caràcter personal i resultats esportius obtinguts en les mateixes, siguin inclosos en un fitxer, automatitzat o no, i tractats per la FCA, que serà la responsable pels mateixos i podrà utilitzar-los en quantes activitats i estudis abarqui l'objecte social de l'entitat. S'entendrà que el consentiment prestat en aquestes proves es renovarà sempre i quan no hi hagi una revocació expressa per part de l'interessat. No obstant, vostè té el dret de revocar el seu consentiment en qualsevol moment.

En/Na _____ major d'edat,

amb DNI/NIE _____ resident en _____

Telèfon _____ ma l _____
en qualitat de pare/mare/tutor legal del menor

que ha estat convocat per a les proves organitzades per la Federació Catalana d'Atletisme

_____, a _____ de _____ de 20__
(signatura de l'atleta o del pare/mare/tutor legal si l'atleta és menor)

Annex II. Bateria i protocols de Test a realitzar:

1. Test i distribució segons sessions

En total es passaran 9 test, distribuïts en dues sessions. Aquests i la seva seqüència serà la següent:

Primera Sessió

- * Medicions morfològiques
- * Salt verticals (+ contactes)
- * Flexibilitat profunda
- * Abdominals 30 seg.
- * Velocitat 20 + 20 m. (fotocèl·lules)

Segona Sessió

- * Pentasalt coordinat
- * Llançament dorsal pilota medicinal (3 i 4 kg.)
- * Llançament pilota beisbol (250 g.)
- * Test VAM-EL

2. Protocols per a la realització dels tests

2.1. Medicions morfològiques

Les medicions morfològiques es faran en funció a les següents imatges.



Pes

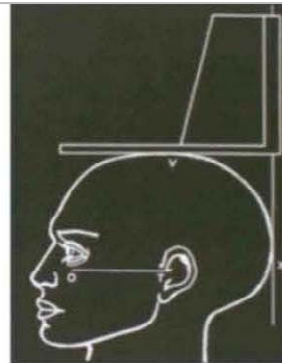


Alçada



Alçada assegut

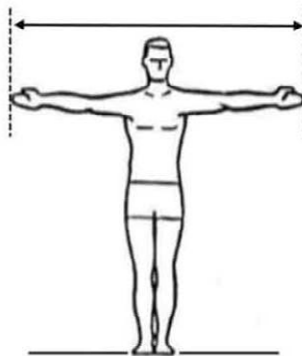
Orientació del cap
en el plànol de Frankfurt



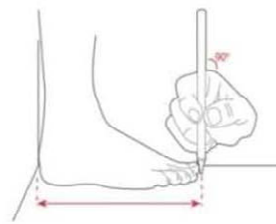
Ross, Carr & Carter, 2000



Abast assegut



Envergadura



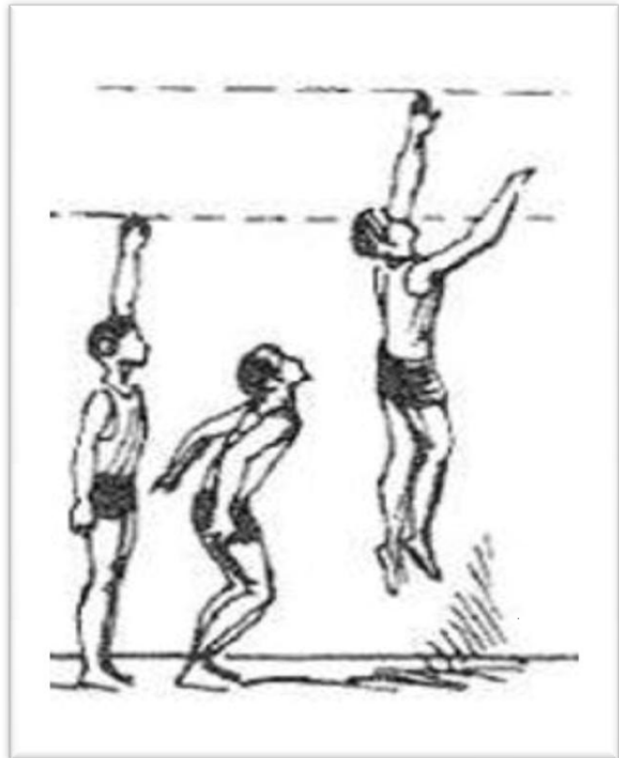
Longitud del peu

2.2. Salt vertical (+contactes)

Lateralment a una paret amb cinta mètrica adosada, mesurar abast, i a continuació separant-se lleugerament, saltar tan alt com sigui possible amb ajut dels braços i deixant marca en la paret amb la mà més propera (guix o magnèsia). S'anotará la diferència en cm. Entre les dues marques en la paret. Es realitzaran 2 intents.

Simultàniament l'atleta saltarà sobre una plataforma de contacte controlada mitjançant el software de Cronojump. S'anotará el temps de vol en seg.

Es realitzen dos intents. Finalment se seleccionarà el millor intent en funció de l'alçada assolida en la paret.



2.3. Flexibilitat profunda.

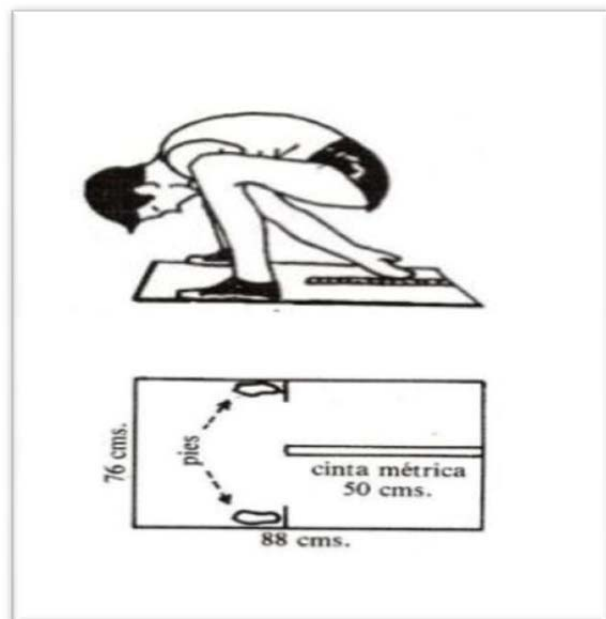
Amb els peus situats en les marques, descendre a gatzonetes, mantenint les plantes d'ambdós peus en el terra.

Portar ambdues mans cap enrera entre les cames fins tocar amb les puntes dels dits mitjans el més enrera possible.

S'ha de mantenir la posició assolida en total equilibri fins l'avis de l'examinador.

S'anota en cm. sencers la distància assolida pel dit mitjà menys avançat. Es permeten 2 intents.

Finalment, se seleccionarà el millor dels intents.

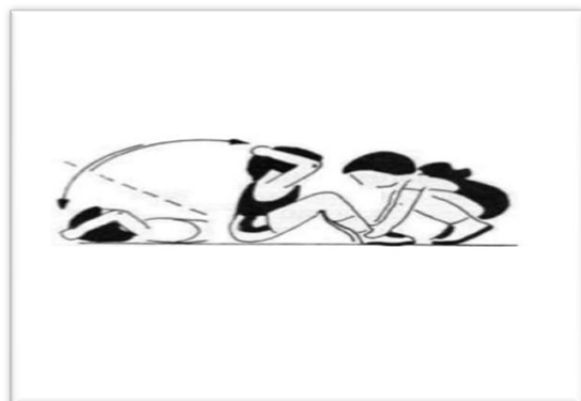


2.4. Abdominals 30 segons

Estirat amb l'esquena sobre un matalàs, amb les cames flexionades i els peus recolzant tota la planta no més de 30 cm. dels glutis. Les mans estan entrelaçades darrera del clatell i avantbraços tocant el matalàs. Un company el subjecta pels turmells. A la senyal d'avis, se seu i toca amb els colzes els genolls per a continuació, retornar a la posició inicial.

Continuar fins la veu de "stop".

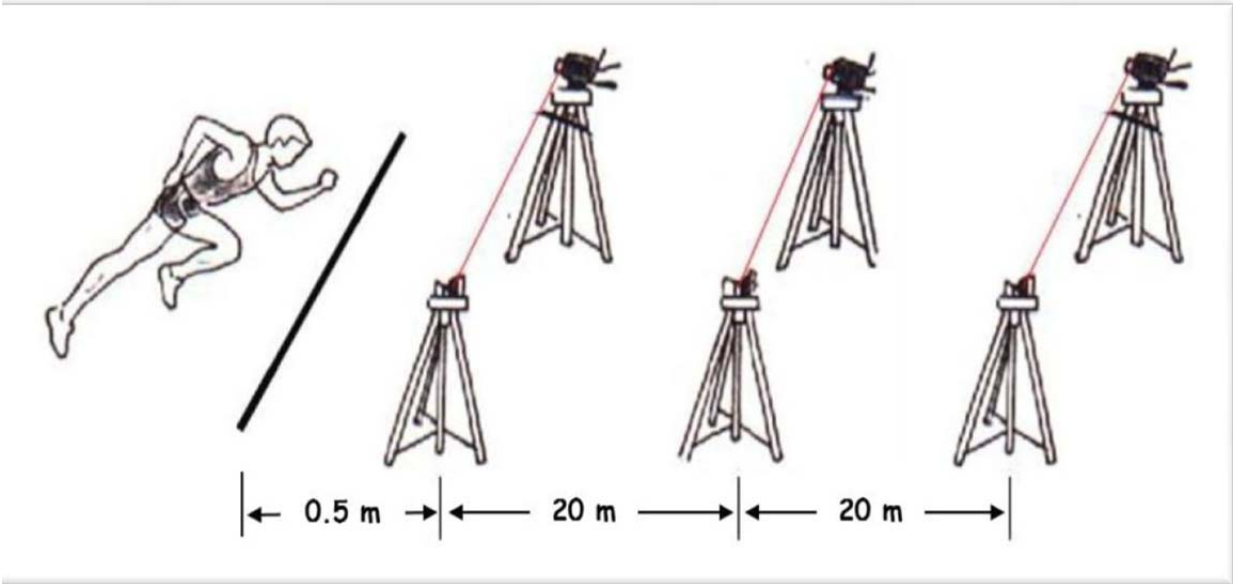
Realitzar el màxim nombre possible. S'anotará el nombre de repeticions correctes. Es permet 1 intent



2.5. Velocitat 20 + 20 m. (fotocèl·lules)

Des d'aturat, darrera de la línia de sortida situada a 0,5 m. de la primera barrera, a l'ordre de l'examinador de "quan vulguis", situar-se en posició de sortida dempeus i, voluntàriament, córrer a la màxima velocitat possible fins sobrepassar la última barrera de fotocèl·lules sense "llençar-se" endavant al final com succeïria en una cursa de competició.

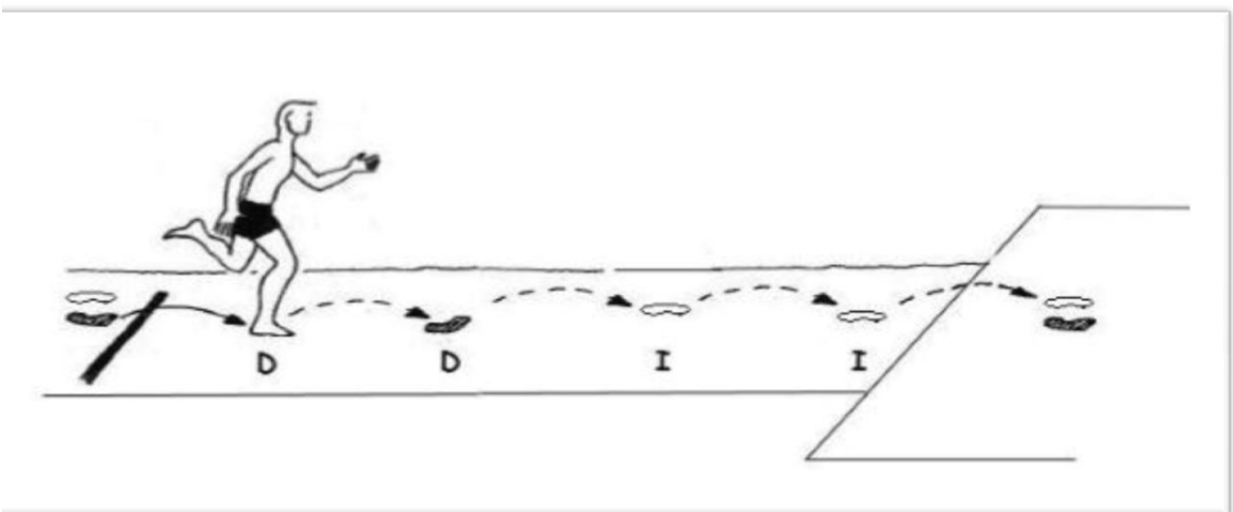
S'anoten els temps de 0-20 m i 0-40 m. Es permeten 2 intents. Finalment se seleccionarà el millor dels intents.



2.6. Pentasalt coordinat.

En el passadís i fossar dels salts horitzontals, des d'aturat i dempeus, amb els peus separats l'ample dels malucs i per darrera de la línia de delimitació, flexionar lleugerament les cames i amb l'ajut dels braços estesos, encadenar cinc salts aterrant sobre una sola cama (en l'ordre esq.-esq.-dret-dret-fossar o a l'inrevés dret-dret-esq.-esq.-fossar) intenta assolir la màxima distància possible.

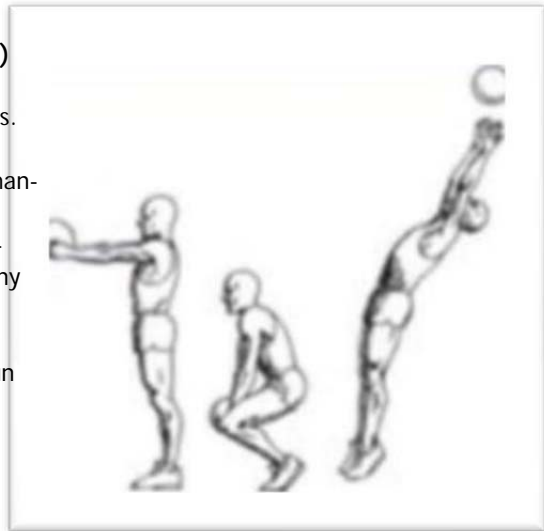
S'anota en metres i centímetres la distància entre la línia de delimitació i la marca més propera que s'hagi deixat en la sorra. Es permeten 2 intents. Finalment se seleccionarà el millor dels intents.



2.7. Llançament dorsal Pilota Medicina (2 i 3 kg)

Pilota medicinal de 3 kg. pels nois i 2 kg. per a les noies. D'esquenes a la direcció del llançament, peus separats per l'ample de les espatlles, braços estirats penjant i mantenint la pilota ambdues mans. Mantenint els braços estirats realitzar una flexio-extensió de cames i coordinadament llançar la pilota per sobre del cap el més lluny possible.

Es mesura amb cinta mètrica i s'anota en metres amb un sol decimal. Es permeten 2 intents, Finalment se selecciona el millor dels intents.



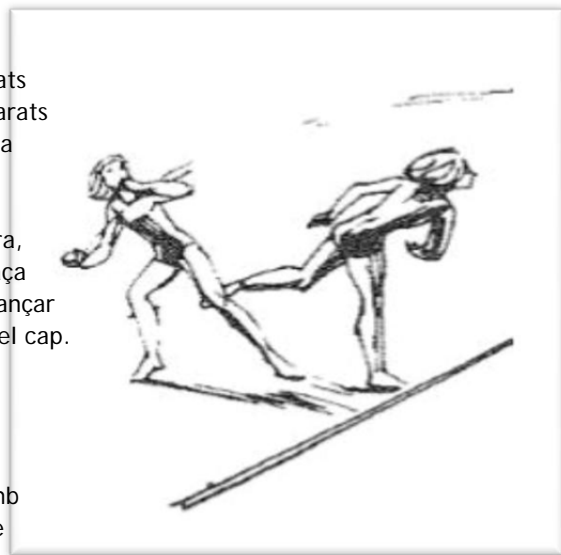
2.8. Llançament pilota (250 g)

Pilota medicinal de 250 g per ambdós gèneres. Situats davant la direcció del llançament amb els peus separats a una amplada còmoda per darrera de la línia, pilota ben agafada amb els dits polze, índex i cor.

Cama esquerra avançada (dretans) i braç dret enrera, al mateix temps que la cama dreta també es desplaça enrera lleugerament flexionada. Sense aturar-se, llançar endavant la pilota el més lluny possible per sobre del cap.

La cama dreta pot sobrepassar la línia després de llançar, no l'esquerra.

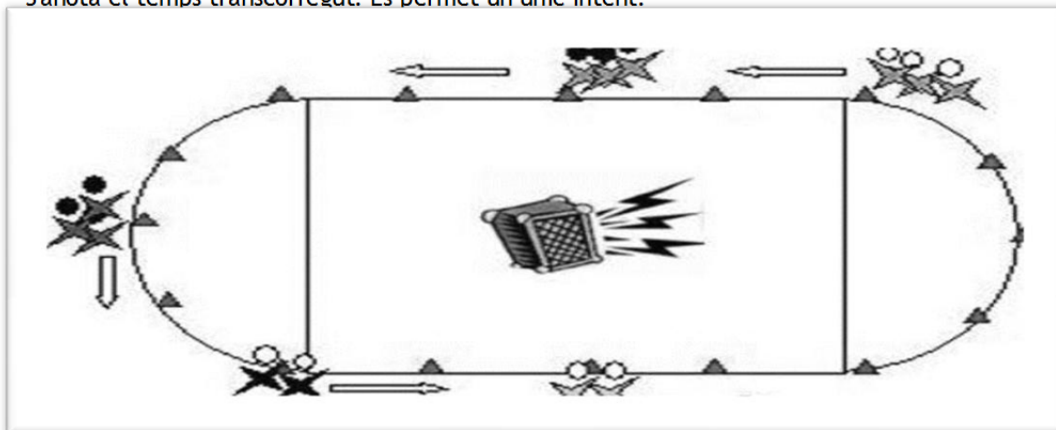
Es mesura amb cinta mètrica i s'anota en metres amb un sol decimal. Es permeten 2 intents. Finalment se selecciona el millor dels intents.



2.9. Test VAM-EVAL

Mitjançant un reproductor d'audi amb altaveus de potència suficient, es reproduïx el protocol del ritme que han de portar els/les atletes corrent per la pista assenyalada amb cons cada 40 m. L'atleta continua el test fins que no pugui arribar al con en el moment indicat per l'audio, per dos cops consecutius. La velocitat inicial és de 10 km/h en noies i 12 km/h en nois i cada 1 minut (etapa) s'incrementa 0,5 km/h. Nois i noies sortiran en grups diferents. Al ser una prova de ritme poden sortir 6 atletes cada 100 metres si existeixen observadors suficients per aturar-los.

Es demana a cada atleta que cronometri el temps transcorregut des de que comença fins que finalitza. S'anota el temps transcorregut. Es permet un únic intent.



ACTIVITATS VELOCITAT

El sector de velocitat del Comitè Tècnic de la Federació Catalana d'Atletisme organitza una concentració el proper dissabte dia 19 d'octubre, a la que es convoca als/les següents atletes i els/les seus/seves entrenadors/es personals. Així mateix els entrenadors interessats poden sol·licitar autorització per assistir-hi. Les dades de la concentració són:

Dia: Dissabte 19 d'octubre de 2019

Lloc: CAR Sant Cugat

Horari: Grup 1- Masculí 16.00 - 17.30 h.
Grup 2-Femení 17.30 -19.00 h.

Lloc de trobada: Recepció del CAR

Activitat a realitzar: Tècnica de cursa.
Valoració de velocitat de l'entrenament 2x(30-50-80) r4' - 6' - 10'

Confirmació assistència: Límit dilluns 14 d'octubre david@fcatalletisme.cat AQUESTA DATA ÉS IMPROPRORROGABLE

Nota important: Únicament podran accedir a les instal·lacions, els entrenadors i atletes que hagin confirmat assistència. No poden entrar ni cotxes ni acompanyants al CAR

Atletes convocats/des:

Grup 1

| | | | |
|---------|-------------------------------|------------|----------------------|
| CL89108 | BONO MONTENEGRO, ANTONIO | 11/10/2006 | CA CASTELLAR |
| CL70999 | CARBO TURON, ISAAC | 19/05/2006 | CA FIGUERES |
| CL93010 | CASAL COSTA, LLUC | 11/04/2006 | A OLOT-TERRA VOLCANS |
| CT28283 | CASALS ANGLADA, POL | 27/08/2003 | CA SANT CELONI |
| CL79934 | CIRUJEDA SERRA, BIEL | 01/10/2006 | AVINENT MANRESA |
| CT26212 | COMAS MARIN, JOAN | 03/02/2003 | AA CATALUNYA |
| CT28891 | ELVIRA MARTIN, POL | 16/10/2005 | CA VILADECANS |
| CT28282 | FERRER MONCUSI, POL | 09/06/2003 | CORNELLÀ AT. |
| CT29424 | GARCIA GARCIA-MOCHALES, ARNAU | 18/09/2005 | JA SABADELL |
| CT28379 | GARCIA MARTINEZ, MARC | 24/02/2004 | UGE BADALONA |
| CT28514 | GOMEZ VERDUGO, ARNAU | 29/02/2004 | CA CANALETES |
| CT28427 | GONZALEZ HERROJO, MARC | 09/11/2003 | CE UNIVERSITARI |
| CT28257 | HERNANDEZ UVIEDO, IVAN | 02/01/2004 | ISS - L'HOSPITALET |
| CT28524 | LEON BENITEZ, VICTOR | 22/08/2004 | CA GRANOLLERS |
| CT29772 | MENDOZA GUERRERO, MARC | 16/06/2004 | AVINENT MANRESA |
| CT27267 | MORA ESCUTIA, PAU | 20/05/2003 | GEIE GIRONÍ |
| CT26918 | PONS OLIVAN, ROGER | 13/02/2003 | CE UNIVERSITARI |
| CL91025 | SANCHEZ GARCIA, RUBEN | 04/05/2006 | CA IGUALADA |
| CT27270 | SEGURA MASSO, ISAAC | 07/05/2003 | CA MOLINS |

Grup 2

| | | | |
|---------|------------------------|------------|-----------------|
| CT28485 | AGUILERA LARA, INES | 22/07/2004 | CA GAVÀ |
| CT28518 | BLASI CAIROL, PAULA | 19/02/2003 | CE UNIVERSITARI |
| CL87694 | BUCHACA VALDES, MAR | 30/01/2006 | CA IGUALADA |
| CT26723 | GARCIA FUENTES, JULIA | 21/07/2003 | FC BARCELONA |
| CT26509 | GARRIDO RUBIO, ESTELA | 17/03/2003 | UA BARBERÀ |
| CT25894 | GASCON BERNABEU, CARLA | 14/01/2003 | CA SANT JUST |
| CT29849 | GOMEZ CARMONA, INES | 12/02/2005 | UA BARBERÀ |

| | | | |
|---------|-------------------------------|------------|---------------------|
| CL87523 | GUIJARRO RUIZ, ESTHER | 09/03/2006 | ISS - L'HOSPITALET |
| CT28652 | HERNANDEZ TARRADAS, MERITXELL | 06/04/2004 | CA SANT JUST |
| CT29620 | MASES JOSEPH, MONTSERRAT | 02/08/2004 | LLEIDA UA |
| CT28224 | MUAKUKU EÑESO, IGAMBO | 27/09/2004 | CA NOU BARRIS |
| CT28698 | PAYRATO CASALS, CELIA | 27/09/2004 | FC BARCELONA |
| CT29193 | PEREZ RAMOS, MARINA | 01/06/2004 | U COLOMENCA AT. |
| CT28619 | RODRIGUEZ JUAN, PAULA | 20/07/2006 | CA SANT JUST |
| CL91505 | RODRIGUEZ SANTOS, ALBA | 09/11/2006 | UA RUBÍ |
| CT29395 | ROMAGOSA PI, AINA | 04/06/2003 | CA MOLINS |
| CL74848 | ROMEU CENDROS, JAZMIN | 02/08/2006 | CE PENEDÈS |
| CL80959 | ROMEVA RIBA, ELDA | 23/03/2006 | MUNTANYENC S.CUGAT |
| CT28494 | ROUTBI TEHIRI, DOUNIA | 27/05/2003 | CA FIGUERES |
| CL68875 | RUIZ ALVARO, GABRIELA | 17/02/2006 | CA TERRES DE L'EBRE |
| CT28508 | SALAVEDRA ROVIRA, EMMA | 20/03/2003 | CN BANYOLES |
| CT26947 | SURROCA FIGUERES, GISELA | 25/06/2003 | JA SABADELL |
| CT27335 | VIDAL POY, MARIA | 20/05/2004 | UA MONTSIÀ |
| CT29688 | ZURITA CARBO, LAIA | 26/05/2005 | UGE BADALONA |

El sector de velocitat del Comitè Tècnic de la Federació Catalana d'Atletisme organitza una concentració el proper dissabte dia 3 de novembre, a la que es convoca als següents atletes i els seus entrenadors personals. Així mateix els entrenadors interessats poden sol·licitar autorització per assistir-hi. Les dades de la concentració són:

Dia: Dissabte 3 de novembre de 2018

Lloc: CAR Sant Cugat

Horari: 16.15 - 18.45 h.

Programa:

| | | |
|-------------|--------------|---|
| 16.15-16.45 | Aula | Xerrada Iniciació de la força |
| 16.45-17.30 | Aula | Xerrada de Vicente Bores sobre Power Instep |
| 17.15-18.45 | Mòdul cobert | Entrenament |
| | | * Exercicis de tècnica de cursa |
| | | * Test amb cèl·lules 30-50-70-90 per valorar pèrdua velocitat |

Confirmació assistència: Límit dilluns 29 d'octubre david@fcatletisme.cat AQUESTA DATA ÉS IMPROPRORROGABLE

Nota important: Únicament podran accedir a les instal·lacions, els entrenadors i atletes que hagin confirmat assistència. No poden entrar ni cotxes ni acompanyants al CAR

Atletes convocats (CLUBS 2017/2018):

| | | | |
|---------|---------------------------|------------|-----------------------|
| CT28485 | AGUILERA LARA, INES | 22/07/2004 | CA GAVÀ |
| CT25750 | BADIA CELMA, JAN | 13/06/2002 | UA RUBÍ |
| CT28672 | BOADELLA ROMERO, PEP | 05/03/2003 | GEIE GIRONÍ |
| CT28283 | CASALS ANGLADA, POL | 27/08/2003 | CA SANT CELONI |
| CT25782 | CHERKAOUI, ZAKARIA | 28/04/2002 | UA TERRASSA |
| CT25798 | DELGADO CERRO, CLAUDIA | 11/09/2002 | FC BARCELONA |
| CT28504 | DOMINGUEZ MORALES, AXEL | 28/04/2003 | UA MONTSIÀ |
| CT28282 | FERRER MONCUSI, POL | 09/06/2003 | CORNELLÀ AT. |
| CT26723 | GARCIA FUENTES, JULIA | 21/07/2003 | CERDANYOLA C D´HOQUEI |
| CT28379 | GARCIA MARTINEZ, MARC | 24/02/2004 | UGE BADALONA |
| CT26509 | GARRIDO RUBIO, ESTELA | 17/03/2003 | UA BARBERÀ |
| CT25894 | GASCON BERNABEU, CARLA | 14/01/2003 | CA SANT JUST |
| CT26216 | GAY TRIAS, IERZU | 06/01/2003 | AA CATALUNYA |
| CT27132 | GOMEZ VALLADOLID, MANU | 23/12/2002 | CA GAVÀ |
| CT28514 | GOMEZ VERDUGO, ARNAU | 29/02/2004 | CA CANALETES |
| CT25984 | GUZMAN GONZALEZ, ERIC | 29/01/2002 | CERDANYOLA C D´HOQUEI |
| CT26989 | JANER GARCIA, TONI | 05/04/2002 | CA CALELLA |
| CT27127 | LAVILA TORT, ANDREY | 10/03/2003 | CN BANYOLES |
| CT26513 | MARTINEZ LOPEZ, DANIEL | 02/08/2003 | UA BARBERÀ |
| CT28439 | MASSAGUE ABALLO, FRANCINA | 14/12/2004 | CA IGUALADA |
| CT25910 | MONFORTE MELICH, LAIA | 22/06/2002 | CA TERRES DE L´EBRE |
| CT25983 | MONSO RODRIGUEZ, ANNA | 02/10/2002 | MUNTANYENC S.CUGAT |
| CT25892 | MORENO GONZALEZ, RAQUEL | 16/07/2004 | CA SANT JUST |
| CT25133 | NOLLA MATEU, EDGAR | 19/04/2002 | UA MONTSIÀ |
| CT27260 | PANISELLO GALEOTE, AXEL | 11/01/2002 | UA MONTSIÀ |
| CT26918 | PONS OLIVAN, ROGER | 13/02/2003 | CE UNIVERSITARI |
| CT26510 | POU CALDERON, LAURA | 21/04/2003 | UA BARBERÀ |
| CT26954 | REY MUÑOZ, RAQUEL | 19/02/2002 | CORNELLÀ AT. |
| CT26928 | RODO DE YEBRA, LLUC | 27/04/2002 | CA NOU BARRIS |
| CT24805 | RUBIO MIRALLES, IRENE | 08/02/2002 | ISS - L'HOSPITALET |
| CT27436 | RUBIRETA ESPINOSA, GERARD | 11/07/2002 | CA OLESA |



| | | | |
|---------|-----------------------|------------|-----------------------|
| CT27270 | SEGURA MASSO, ISAAC | 07/05/2003 | CA MOLINS |
| CT26126 | TREJO EXPOSITO, PAULA | 28/05/2002 | ISS - L'HOSPITALET |
| CT26736 | VERDUGO SANCHEZ, OLGA | 28/01/2003 | CERDANYOLA C D´HOQUEI |
| CT27335 | VIDAL POY, MARIA | 20/05/2004 | UA MONTSIA |
| CT24686 | VILA ROCA, NEUS | 06/07/2002 | ISS - L'HOSPITALET |

El sector de velocitat del Comitè Tècnic de la Federació Catalana d'Atletisme organitza una activitat el proper dissabte dia 25 de juliol, a la que es convoca als següents atletes i els seus entrenadors personals per a la preparació de la prova de relleu del proper Campionat d'Espanya de Federacions.

Les dades de la concentració són:

Dia: Dijous 25 de juliol de 2019

Lloc: CAR Sant Cugat

Horari: 19.00 - 20.30 h.

Confirmació assistència: Límit dimecres 24 de juliol david@fcatletisme.cat AQUESTA DATA ÉS IMPROPRORROGABLE

Nota important: Únicament podran accedir a les instal·lacions, els entrenadors i atletes que hagin confirmat assistència. No poden entrar ni cotxes ni acompanyants al CAR

| | | | |
|---------|----------------------------|------------|--------------------|
| CT22761 | BESTUE FERRERA, JAEL | 24/09/2000 | FC BARCELONA |
| CT21390 | GARCIA VILLALTA, ESTELA | 20/03/1989 | CD NIKE RUNNING |
| CT20663 | IKE ORIGA, PATRICK CHINEDU | 26/04/1984 | PLAYAS CASTELLON |
| CT18351 | LARA PEREZ, CRISTINA | 05/08/1995 | FC BARCELONA |
| CT22065 | MARTINEZ PEÑALVER, JOAN | 14/06/1999 | FC BARCELONA |
| CT19688 | OBRADORS BARO, ANNA | 16/04/1997 | ISS - L'HOSPITALET |
| CT23265 | RETAMAL AVILA, POL | 16/03/1999 | FC BARCELONA |

ACTIVITATS MIGFONS I FONS

El sector de Mig-Fons i Fons de la Federació Catalana d'Atletisme organitza al CAR de Sant Cugat un seguit de concentracions de seguiment i control de l'entrenament durant la temporada 2018-2019 dirigida a tots els atletes convocats i als seus respectius entrenadors. **ÉS IMPRESCINDIBLE PER PRENDRE PART EN AQUESTA ACTIVITAT LA PRESENCIA CONJUNTA D'ATLETA I ENTRENADOR.** Aquells atletes que el seu entrenador no resideixi a Catalunya podran prendre part sol·licitant la tutoria, i conseqüentment la presència, d'un entrenador amb titulació, resident a Catalunya.

L'objectiu d'aquestes trobades és aportar als entrenadors dels atletes convocats tota una sèrie d'eines útils per al control, la dosificació i l'organització de l'entrenament dels esportistes avaluats.

El contingut de les concentracions constarà de diverses proves d'avaluació fisiològica de camp per tal d'establir les diferents zones d'entrenament dels atletes convocats mitjançant indicadors de ritme, freqüència cardíaca i concentració de lactat. D'aquesta manera es podrà determinar el treball òptim de millora de cada zona de treball energètic de forma fiable i individualitzada.

Aquest control serà realitzat per en Juan Carlos Galán, Llicenciat en Ciències de l'Activitat Física i l'Esport, Triple-Màster en Alt Rendiment Esportiu (UAM-COES, RETAN-UB i UCAM) i Entrenador Nacional d'Atletisme, conjuntament amb l'equip de fisiologia del CAR de Sant Cugat.

Les proves de control de valoració seran les següents:

Test de 5 Minuts Running Field Test (5RFT) per a la determinació de la VELOCITAT AERÒBICA MÀXIMA.

Test de 300m.II. per a la determinació de la CAPACITAT ANAERÒBICA MÀXIMA.

Test incremental de 5 o 6x2000 o 1600m (Sub23/Absolut) o Test de 20' màxim (Sub16/Sub18/Sub20) per a la determinació del LLINDAR ANAERÒBIC INDIVIDUAL.

Durant la temporada 2018-2019 es realitzaran 3 jornades de seguiment a les següents dates:

Dijous 27 i Dissabte 29 de Setembre de 2018.

Dijous 20 i Dissabte 22 de Desembre de 2018.

Dijous 28 i Dissabte 30 de Març de 2019.

L'organització de la 1a concentració serà la següent:

1a concentració de Seguiment Sector MF i F:

Dijous 27 i Dissabte 29 de Setembre de 2018

Dijous, 1r dia de concentració

- 18:00 Rebuda dels atletes convocats i els seus entrenadors a la pista d'atletisme.
- 18:15 Breu explicació de la logística de les proves i organització de les mateixes.
- 18:45 Inici Test 5RFT 1er grup.
- 20:00 Finalització del Test 5RFT 4rt Grup.
- 20:00 Inici Test de 300m.II. 1r grup.
- 21:15 Inici Test de 300m.II. 4rt grup.
- 21:45 Finalització de la jornada.

Dissabte, 2n dia de concentració

- 9:15: Rebuda dels atletes convocats a la UNITAT DE CIÈNCIES DEL CAR DE St Cugat.
- 09:50 Breu explicació de la logística de les proves i organització de les mateixes.
- 10:15 Inici Test Incremental 1er grup + Test de 20' Màxim 1r Grup.
- 14:00 Finalització de la jornada.

ATLETES CONVOCATS (Clubs temporada 2017/2018)

(ELS ATLETES QUE TINGUIN PULSÓMETRE L'HAN DE PORTAR, JUNTAMENT AMB LA CINTA QUE MEDEIX LA FREQUÈNCIA CARDÍACA, PER PODER REALITZAR LES PROVES I COMPLIR L'HORARI SENSE POSSIBLES RETARDS.)

SUB16 MASCULÍ 2004/2005

| | | | |
|---------|---|------------|----------------------|
| CL90722 | BLANCH ALSO, ARNAU | 16/03/2005 | UA MONTSIÀ |
| CT28500 | CASAMADA RIBERA, JAN | 30/10/2004 | CA CASTELLAR |
| CL82617 | CLAVELL CLOTET, ANIOL | 17/05/2005 | A OLOT-TERRA VOLCANS |
| CL73921 | ENRIQUE AMADAS, ALBERT | 23/11/2005 | UA TERRASSA |
| CL77079 | FERNANDEZ BORRAS, ROGER | 23/05/2005 | AA CATALUNYA |
| CT28689 | GISBERT AGUZA, BRIAN | 27/02/2004 | CN REUS PLOMS |
| CL75594 | GISTAU VALLVERDU, EUSEBI | 02/01/2005 | AAE ESCOLA TREBALL |
| CL73811 | GOMEZ CARMONA, ADRIAN | 12/02/2005 | UA BARBERÀ |
| CL89222 | LEE , SEUNG WOO | 22/03/2004 | CA CANALETES |
| CT28633 | LOPEZ SALA, MARC | 22/12/2005 | UA RUBÍ |
| CL83798 | MERENGUER GARZON, MARC | 18/01/2005 | AVINENT MANRESA |
| CL78101 | PONS MIRO, LLUIS | 07/02/2005 | FACVAC VALLS |
| CL71081 | ROCA RIVERA, JAN | 01/02/2004 | CA GRANOLLERS |
| CT27377 | ROCA ROSA, JOFRE | 08/01/2005 | CE ESPORTS PARRA |
| CL78529 | ULLAR CALVO, MARTI | 12/07/2005 | CA PARETS |
| CL73505 | VALDEPEÑAS VALDERRAMA, PAU PINSACH SANTOS, PAU / PAU CAROL | 02/05/2005 | CE PENEDÈS |

SUB16 FEMENÍ 2004/2005

| | | | |
|---------|--|------------|---------------------|
| CL78320 | ANTONIO MARIANAS, ANNELIESE | 15/03/2005 | CORNELLÀ AT. |
| CL71121 | BISBAL BELENGUER, CARLA | 13/05/2005 | CA IGUALADA |
| CL74160 | CACERES PEREZ, BETH | 04/04/2005 | CA VILADECANS |
| CL80225 | DIMITROV CASAS, NEDELKA | 24/07/2005 | CE UNIVERSITARI |
| CT27217 | FRIGOLA GARCIA, GEMMA | 22/03/2004 | GEIE GIRONÍ |
| CL88704 | GONZALEZ COSTA, ABRIL | 21/07/2005 | CE UNIVERSITARI |
| CT25929 | HERNANDEZ VALOR, PAULA | 14/02/2004 | CA CANOVELLES |
| CT28692 | PRADO MORALES, LUCIA | 29/07/2004 | UA TERRASSA |
| CT28631 | REYES OYONO, LISSETH | 25/07/2005 | CA CANOVELLES |
| CT28517 | ROBLEDA GRACIA, ERIKA | 18/02/2004 | CA NOU BARRIS |
| CL72651 | ROSET AIGUADE, MARIA | 31/10/2005 | JA ARBECA |
| CL82470 | ROVIROSA SARDA, ANNA | 07/07/2005 | RUNNERS EL VENDRELL |
| CT27952 | TERUEL SUBIRATS, BERTA | 03/03/2004 | FC BARCELONA |
| CL70052 | VIDAL CASADESUS, BEMNET | 11/06/2005 | CA NOU BARRIS |
| CL74720 | ZURITA CARBO, LAIA ALTARRIBA, ABRIL | 26/05/2005 | UGE BADALONA |

SUB18 MASCULÍ 2002/2003

| | | | |
|---------|----------------------------------|------------|---------------------|
| CT27982 | ARRABAL GARCIA, ABEL | 20/06/2002 | JA SABADELL |
| CT27546 | BACHARI SADAKI, ZOUHIR | 31/12/2002 | CA PALAFRUGELL-GICB |
| CT25750 | BADIA CELMA, JAN | 13/06/2002 | UA RUBÍ |
| CT26900 | BAYONA OLIVE, JAN | 28/12/2002 | AVINENT MANRESA |
| CT27274 | BELTRAN LLIBERIA, MARCEL | 28/03/2003 | CA TERRES DE L'EBRE |
| CT26938 | BORRAS DE LAS HERAS, MIQUEL | 07/03/2003 | JA SABADELL |
| CT26833 | BORRAS TORRAMILANS, ANIOL | 04/05/2002 | AA CATALUNYA |
| CT27074 | BOULBAYEM RHARRABTI, RIDUAN | 01/10/2002 | CA IGUALADA |
| CT28481 | CAROL ADROHER, PAU | 11/01/2003 | CN BANYOLES |
| CT28445 | CHARKI, KAMAL | 02/09/2003 | CA PALAFRUGELL-GICB |
| CT26056 | DE LA TORRE BELANA, JOAN | 13/01/2003 | JA MONTCADA |
| CT26511 | FERNANDEZ MARTINEZ, NESTOR | 06/03/2002 | JA SABADELL |
| CT25815 | FERNANDEZ PERSONAT, MARC | 28/02/2002 | AA CATALUNYA |
| CT27468 | GONZALEZ FAÑANAS, JOSE | 10/02/2003 | MUNTANYENC S.CUGAT |
| CT25984 | GUZMAN GONZALEZ, ERIC | 29/01/2002 | CERDANYOLA CH |
| CT27545 | GUENFOUDI BOUSFIA, MUSTAFA | 19/01/2002 | CA PALAFRUGELL-GICB |
| CT26826 | HERRAIZ PRAT, MARÇAL | 08/09/2003 | CA MOLLET |
| CT26513 | MARTINEZ LOPEZ, DANIEL | 02/08/2003 | UA BARBERÀ |
| CT27267 | MORA ESCUTIA, PAU | 20/05/2003 | CA FIGUERES |
| CT25015 | PARADAS FALCO, ISAAC | 19/01/2002 | CA MOLLET |
| CT26221 | PEREZ RODRIGUEZ, JOEL | 31/03/2003 | AA CATALUNYA |
| CT28265 | PINSACH SANTOS, PAU | 20/10/2003 | CN BANYOLES |
| CT24970 | RIBE MANAUT, GERARD | 09/02/2002 | AA CATALUNYA |
| CT26905 | RIERA BLESA, MIQUI | 14/06/2003 | AVINENT MANRESA |
| CT27137 | SALGADO CASTILLA, JOSE ALEJANDRO | 03/07/2002 | FC BARCELONA |
| CT28271 | SURIA ASENSIO, ROGER | 19/05/2003 | INDEPENDIENTE |
| CT27331 | TORRENT ACEITUNO, POL | 14/05/2002 | UA MONTSIÀ |
| CT27262 | VALLDEPEREZ TOMAS, EDGAR | 17/02/2003 | UA MONTSIÀ |

SUB18 FEMENÍ 2002/2003

| | | | |
|---------|-----------------------------|------------|-----------------------|
| CT27059 | ALEMANY ORO, AIDA | 04/03/2003 | JA ARBECA |
| CT25723 | ALEMANY PEREZ, CARLA | 04/04/2002 | CA IGUALADA |
| CT25014 | BAHIM HOUARI, GHITA | 29/05/2002 | CA MOLLET |
| CT27061 | BONJORN GIROS, OXANA | 03/01/2003 | JA ARBECA |
| CT26581 | CAMPS CALDERON, ALEJANDRA | 30/09/2003 | JA SABADELL |
| CT25212 | CASTAÑO GARCIA, LAIA | 27/12/2002 | MARTORELL AC |
| CT25927 | DE LA PIEDRA SITJAS JULIA | 09/03/2003 | CA CANOVELLES |
| CT28433 | DE SOUSA BRITO, SOFIA | 10/04/2003 | MUNTANYENC S.CUGAT |
| CT26580 | DOMINGUEZ TORNER, CARLA | 10/07/2003 | JA SABADELL |
| CT26723 | GARCIA FUENTES, JULIA | 21/07/2003 | CERDANYOLA C D'HOQUEI |
| CT24795 | GONZALEZ LLOBREGAT, QUERALT | 23/05/2002 | MUNTANYENC S.CUGAT |
| CT25551 | MANZANO JIMENO, BETHLEHEM | 15/12/2002 | AVINENT MANRESA |
| CT25599 | MARTINEZ ORTUÑO, MARINA | 13/02/2002 | CA LAIETANIA |
| CT27234 | PRIETO SWINNEN, LAURA | 28/02/2002 | CA LLORET-LA SELVA |
| CT27591 | PUJOL DANES, JUDIT | 27/11/2002 | AA CATALUNYA |
| CT24805 | RUBIO MIRALLES, IRENE | 08/02/2002 | ISS - L'HOSPITALET |
| CT25727 | TORRAS VIVES, ANNA | 14/04/2002 | CA IGUALADA |
| CT28402 | TORRES GARCIA, LAURA | 19/12/2003 | RIPOLLET UA |
| CT26948 | URBAN RUEDA, CARLA | 29/12/2003 | JA SABADELL |
| CT26736 | VERDUGO SANCHEZ, OLGA | 28/01/2003 | CERDANYOLA C D'HOQUEI |

SUB20 MASCULÍ 2000/2001

| | | | |
|---------|-----------------------------|------------|---------------------|
| CT23134 | BAÑOS TOR, TONI | 12/04/2000 | AVINENT MANRESA |
| CT24514 | BOU CAPDEVILA, GERARD | 02/06/2000 | CA GRANOLLERS |
| CT24550 | CANALES ESCOTO, ELVIN JOSUE | 05/09/2001 | GEIE GIRONÍ |
| CT24717 | FORT DIAZ, DAVID | 10/08/2001 | AA CATALUNYA |
| CT23164 | LAS HERAS RUPEREZ, AARON | 22/06/2000 | PLAYAS DE CASTELLON |
| CT22991 | LOPEZ SEGURA, ANTONIO | 15/04/2000 | FC BARCELONA |
| CT26003 | MAIJO FRIJOLA, ADAM | 26/04/2001 | CA ASCÓ |
| CT24503 | MARIN MONTANER, ARNAU | 18/05/2001 | CE PENEDEÈS |
| CT23406 | ORIVE VIDAL, PAU | 23/05/2000 | CA CANALETES |
| CT24710 | PEREZ LOPEZ, SERGIO | 06/03/2001 | CA MONTORNES |
| CT24016 | REVILLA SANGUESA, TOMAS | 23/01/2000 | CE UNIVERSITARI |
| CT24513 | SALA SANCHEZ, ARNAU | 26/07/2000 | CA VIC |
| | SANR RIBAS, ROGER | | |
| CT24460 | SALAS MOLINA, ALEX | 18/11/2000 | CORNELLÀ AT. |
| CT25712 | VILLALONGA MARTINEZ, RAUL | 21/10/2001 | CA VILADECANS |

SUB20 FEMENÍ 2000/2001

| | | | |
|---------|-------------------------------|------------|--------------------|
| CT24541 | BERNAL CASTELLO, ANDREA | 03/04/2001 | CN REUS PLOMS |
| CT25483 | CARNER RODRIGUEZ, MARIA | 11/05/2001 | CA MOLLET |
| CT24483 | CERDEIRA CASALS, AINA | 23/10/2001 | CA OLESA |
| CT23632 | DALMAU CLOTET, JULIA | 04/05/2001 | AVINENT MANRESA |
| CT26644 | DANIELUK BORGET, CAMILA ITATI | 02/11/2001 | CA GRANOLLERS |
| CT2405 | FERNANDEZ LACALLE, IRENE | 28/06/2000 | CA CANALETES |
| CT26002 | FREIXA VALLS, MARINA | 19/02/2001 | CA ASCÓ |
| CT23368 | GARCIA VERGES, JULIA | 05/11/2000 | ISS - L'HOSPITALET |
| CT25017 | HERRAIZ PRAT, CLARA | 07/09/2001 | CA MOLLET |
| CT22832 | RAIMUNDO BARBERO, MERITXELL | 20/04/2000 | JA SABADELL |
| CT24526 | RODES BACHS, CARLOTA | 13/01/2001 | CA CANALETES |
| CT24721 | RUIZ GRIMSHAW, HANNAH | 21/12/2001 | CA LAIETANIA |
| CT25338 | SAURA PETEGNIEF, ELIA | 05/10/2000 | CA CANALETES |
| CT28063 | STANCHEVA, SIMONA GEORGIEVA | 12/03/2000 | CA ASCÓ |
| CT23590 | SURIA ASENSIO, MARINA | 07/06/2000 | CA IGUALADA |
| CT23016 | VIDAL SOLER, IA | 23/09/2000 | CA LLORET-LA SELVA |
| CT24789 | VILA PLAZA, LAURA | 15/01/2000 | CORNELLÀ AT. |

SUB23 MASCULÍ 1997/1998/1999

| | | | |
|---------|--------------------------------|------------|---------------------|
| CT22464 | ALCAIDE ALDEANO, ALEX | 09/10/1998 | ISS - L'HOSPITALET |
| CT23474 | BOLOS TUDON, NOEL | 30/01/1997 | CA SANT CELONI |
| CT22396 | CARNER CARRER, GUILLEM | 20/08/1998 | CA IGUALADA |
| CT22210 | CATROFE CACHARRON, SANTIAGO | 13/02/1999 | AA PALAMOS |
| CT23694 | CORBERA RUBIO, MIQUEL | 16/11/1999 | CA MONTORNES |
| CT21232 | DOMENECH VILLOLDO, MIQUEL | 09/02/1997 | CA GAVÀ |
| CT22473 | EL HAJJIOUI EL HAJJIOUI, AYOUB | 25/01/1999 | AA CATALUNYA |
| CT21138 | GARCIA ROMERA, JOAQUIM | 03/09/1997 | U COLOMENCA AT. |
| CT28277 | HAMMOUMI BEN HASSAN, DRISS | 14/01/1999 | LLEIDA UA |
| CT22219 | HSSINI ZAAOT, JAOUAD | 29/11/1999 | SIMPLY-SCORPIO 71 |
| CT23308 | MAHBOUB EL HAMDOUINI, | 30/11/1999 | AA PALAMOS |
| CT26267 | MAS BAURIER, ADRIA | 22/01/1999 | FC BARCELONA |
| CT21198 | MECHAAL MECHAAL, SAID | 23/05/1998 | PLAYAS DE CASTELLON |
| CT25656 | PUJOL DOMINGUEZ, JORDI | 30/09/1998 | AA CATALUNYA |
| CT24298 | RACHIDI BEN HADDI, ELIAS | 10/01/1999 | U COLOMENCA AT. |
| CT21137 | RODRIGUEZ COCA, MARC | 28/08/1998 | U COLOMENCA AT. |
| CT19827 | RODRIGUEZ CORONADO, ALEXIS | 19/04/1997 | FC BARCELONA |
| CT23370 | SAEZ SADORNIL, CARLOS | 27/01/1999 | U COLOMENCA AT. |
| CT23433 | SERRA VILADRICH, ALEIX | 01/11/1999 | MUNTANYENC S.CUGAT |
| CT22060 | TAPIAS HOSTA, JOAN | 24/05/1999 | SIMPLY-SCORPIO 71 |
| CT19826 | TORRENTS TEIXIDOR, JORDI | 25/09/1997 | PLAYAS DE CASTELLON |

SUB23 FEMENÍ 1997/1998/1999

| | | | |
|---------|-----------------------------|------------|--------------------|
| CT21559 | AIT ALIBOU OUAHDA, NAIMA | 29/06/1999 | CA IGUALADA |
| CT21170 | BATLLE CAPA, IRENE | 30/01/1998 | GEIE GIRONÍ |
| CT25361 | BELOUA, IMAN | 05/04/1999 | CA IGUALADA |
| CT21650 | CARBONELL FAJAS NURIA | 15/06/1997 | CA MONTORNES |
| CT21751 | CASAJOANA GUARDIA, LAIA | 18/02/1999 | JA SABADELL |
| CT25344 | COSTA REINA, ANNA | 06/06/1997 | CA LAIETANIA |
| CT22516 | ESTRAGUES HIGUERUELO, BERTA | 18/09/1998 | AVINENT MANRESA |
| CT25718 | FONTCUBERTA REDON, ARIADNA | 03/01/1998 | U COLOMENCA AT. |
| CT21349 | GALLEGO SOTELO, CLAUDIA | 28/04/1997 | CE UNIVERSITARI |
| CT21465 | GARCIA GONZALEZ, MARINA | 11/05/1997 | AA CATALUNYA |
| CT26572 | HUGUET ONANDIA, ANNA | 03/06/1999 | CORNELLÀ AT. |
| CT22577 | LLAGOSTERA MAGRANS, MARTA | 20/01/1998 | CA IGUALADA |
| CT19634 | MARTINEZ HERNANDEZ, CLAUDIA | 03/08/1997 | RIPOLLET UA |
| CT21410 | MESTRES CASADESUS, ANNA | 08/12/1999 | ISS - L'HOSPITALET |
| CT22220 | RAFOLS MONTIEL, CARLA | 04/12/1999 | AA CATALUNYA |
| CT21345 | TILLO PRATS, NURIA | 14/08/1998 | AA CATALUNYA |

MASCULINS ANY 1996 I ANTERIORS

| | | | |
|---------|--------------------------------|------------|---------------------|
| CT17971 | ALCALA IBAÑEZ, MARC | 07/11/1994 | FC BARCELONA |
| CT24140 | ARELLANO TRESSERRAS, ALEX | 28/06/1996 | CA BAIX MONTSENY |
| CT17655 | BOSSY ANGUERA, ARTUR | 30/04/1994 | FC BARCELONA |
| CT987 | CASTILLEJO SALVADOR, CARLES | 18/08/1978 | C.A. ADIDAS |
| CT18875 | CHAKIR ELOSRI, IBRAHIM | 04/09/1994 | ATLETISMO NUMANTINO |
| CT21121 | EL JOUKH ABDELMOUNIM | 24/02/1996 | LLEIDA UA |
| CT16227 | EZZAYDOUNY , IBRAHIM | 28/04/1991 | FC BARCELONA |
| CT20740 | HURTADO GONZALEZ, JESUS | 29/02/1996 | CA IGUALADA |
| CT13828 | LAMDASSEM EL MOUHCINE, AYAD | 11/10/1981 | ATLETISMO BIKILA |
| CT11085 | LEIVA BEATO, JAUME | 30/07/1983 | CE IRUNWITHLEIVA |
| CT18407 | MECHAAL MECHAAL, ADEL | 05/12/1990 | NEW BALANCE TEAM |
| CT10443 | MULLERA RODRIGUEZ, ANGEL | 20/04/1984 | CA LLORET-LA SELVA |
| CT28225 | OLLE ALDEGUER, ALBERT | 09/05/1994 | CA OLESA |
| CT14914 | RODRIGUEZ PRITCHARD, ALEJANDRO | 01/05/1989 | ISS-L'HOSPITALET |
| CT18497 | ROMEO LOPEZ, JONATHAN | 13/08/1994 | CA LLORET-LA SELVA |
| CT13794 | SALES FERRE, LLORENÇ | 14/07/1988 | FC BARCELONA |
| CT19594 | ZARHOUNI ZAITOUNI, MOHAMED | 10/06/1995 | FC BARCELONA |

FEMENINS ANY 1996 I ANTERIORS

| | | | |
|---------|-----------------------------|------------|----------------------------|
| CT5453 | ANDREU TRIAS, LAIA | 31/05/1979 | CA GRANOLLERS |
| CT22433 | BETRIU ROSELLO IRENE | 31/03/1996 | CA LAIETANIA |
| CT20316 | BONAFONTE PARDAS, IRENE | 02/10/1996 | RIA FERROL-C. ARENAL |
| CT16589 | BONILLA SEGURA, IRENE | 21/01/1993 | FC BARCELONA |
| CT5082 | BOVE BALADA, ANNA | 25/01/1978 | FC BARCELONA DIJOURS NO |
| CT15309 | GALIMANY GUASCH, MARTA | 05/10/1985 | FC BARCELONA |
| CT14571 | GOMEZ BARRENA, SARA | 23/10/1990 | CORNELLÀ AT. |
| CT23691 | GUERRA ALBA, MERCE | 03/04/1996 | JA SABADELL |
| CT14585 | GUERRERO PUIGDEVALL, ESTHER | 07/02/1990 | NEW BALANCE TEAM |
| CT5117 | MAS SANZ, MONTSE | 30/04/1979 | FC BARCELONA |
| CT27814 | MIREIA GUARNER PIQUET | 02/09/1992 | AVINENT MANRESA DIJOURS NO |
| CT19082 | NAUMOV CORBERA, ZOYA | 17/07/1995 | AA CATALUNYA |
| CT11847 | ORTIZ RIVAS, MIRIAM | 09/09/1984 | AA CATALUNYA |
| CT24414 | OUBOUKIR , DOUAE | 15/04/1996 | CA SANT JUST |
| CT8898 | RAMON SALAMAÑA, BARBARA | 23/03/1983 | AA PALAMOS |
| CT18187 | RODRIGUEZ SALA, MARTINA | 17/02/1995 | A OLOT-TERRA VOLCANS |
| CT17359 | SOLER DELGADO, MERITXELL | 20/07/1992 | AVINENT MANRESA |

Els atletes hauran de confirmar la seva assistència i la del seu entrenador /entrenador tutor (**OBLIGATORIA LA PRESENCIA DE TOTS DOS**) abans del dilluns 24 de Setembre enviant un correu a david@fcatletisme.cat.

El sector de migfons i fons de la FCA queda a la plena disposició d'aquells entrenadors que tinguin interès per que atletes no inclosos en aquesta convocatòria puguin rebre el servei, sota estudi de l'interès tècnic de les propostes rebudes i sempre que quedin places vacants després del període de confirmació. Per a qualsevol dubte us podeu posar en contacte amb el responsable del sector, Esteban Giménez (estebangigi@yahoo.es) o el responsable de l'activitat, Juan Carlos Galán (jkgalanmiro@gmail.com).

El sector de Mig-Fons i Fons de la Federació Catalana d'Atletisme, organitza dues concentracions de seguiment i control de l'entrenament a les següents dates:

| | |
|--------------|--|
| 1a. jornada. | Dijous 3 i dissabte 5 d'octubre de 2019. |
| 2a. jornada | Dijous 2 i Dissabte 4 d'abril de 2020. |

Aquestes concentracions estan adreçades a tots/totes els/les atletes des de la categoria Sub16 fins la categoria Sub23 i als/les seus/seves respectius/ves entrenadors/es, que hagin assolit alguns dels següents criteris durant la última temporada 2018/2019:

Medalla a campionats de Catalunya i/o Espanya en Cros o Pista (Coberta o Aire Lliure).

Integrants selecció catalana.

Atletes d'interès del sector.

De la categoria Sub14 seran convocats atletes de l'any 2006 que compleixin alguns dels requisits anteriors.

Els atletes de la categoria Sènior que desitgin participar en aquestes jornades i hagin assolit alguns dels següents criteris durant la última temporada, hauran d'enviar sol·licitud al responsable del sector Esteban Giménez (estebangigi@yahoo.es):

1. Medalla a campionats de Catalunya Absolutos de Cros o Pista (Coberta o Aire Lliure).
2. Finalistes en Campionats d'Espanya de Pista Coberta o Aire Lliure.
3. Integrants de la Selecció Catalana Absoluta.
4. Atletes d'interès del sector.

ELS ATLETES CONVOCATS AMB BEQUES FCA ESTAN OBLIGATS A ASSISTIR

PER PRENDRE PART EN AQUESTA CONCENTRACIÓ ÉS IMPRESCINDIBLE:

1. La presència conjunta d'atleta i d'entrenador.
(Aquells/Illes atletes que el/la seu/seva entrenador/a no pugui assistir-hi o no resideixi a Catalunya, podran prendre part sol·licitant la tutoria a un altre/a entrenador/a, o bé al responsable del sector; Esteban Giménez: estebangigi@yahoo.es)
2. Per poder realitzar les proves amb control de la freqüència cardíaca, els/les atletes convocats/des hauran de dur pulsòmetre amb la cinta que la mesura, si cal.
3. L'organització no facilitarà cap pulsòmetre.
4. Confirmar abans de dilluns 30 de setembre per escrit, adjuntant el fulls annex 1 o 2 segons correspongui, al correu: david@fcatalletisme.cat
5. No s'acceptaran confirmacions fora de termini.

ORGANITZACIÓ I LLISTAT D'ATLETES CONVOCATS

El sector de mig fons i fons de la FCA queda a la plena disposició d'aquells/les entrenadors/es que tinguin interès per a que atletes no inclosos en aquesta convocatòria puguin rebre el servei. Després d'un estudi de l'interès tècnic de les propostes rebudes i sempre que quedin places vacants un cop finalitzat el termini del període de confirmació, seran respostes pel responsable. Per a qualsevol dubte us podeu posar en contacte amb el responsable del sector, Esteban Giménez: estebanqiqi@yahoo.es

Aquestes trobades estaran controlades pel Juan Carlos Galán (Llicenciat CAFE) i l'equip de fisiologia del CAR de Sant Cugat, amb l'objectiu d'aportar als/les entrenadors/es, eines útils pel control, la dosificació i l'organització de l'entrenament, determinant el treball òptim de millora de cada zona de treball energètic de forma fiable i individualitzada.

1. Establir zones d'entrenament
2. Indicadors de ritme
3. Freqüència cardíaca
4. Concentració de lactat (únicament a tots els atletes sèniors i sub23, més els d'interès del sector)

Les proves de control de valoració seran les següents:

1. Test de 5 minuts Running Field Test (5RFT) per a la determinació de la VELOCITAT AERÒBICA MÀXIMA (VAM).
2. Test de 300 m.II. per a la determinació de la CAPACITAT ANAERÒBICA MÀXIMA (Can total).
3. Test incremental de 5 o 6x2000 o 1600m (SUB-23/SENIOR) o Test de 20' màxim (SUB-16/18/20) per a la determinació del LLINDAR ANAERÒBIC INDIVIDUAL (MLSS).

Organització de les concentracions:

• Dijous

- 17:45 Rebuda dels/les atletes convocats/des i els/les seus entrenadors/es a la pista d'atletisme.
- 18:00 Breu explicació de la logística de les proves i organització de les mateixes. Escalfament.
- 18:30 Inici Test 5RFT 1r. grup.
- 20:00 Finalització del Test 5RFT 4rt. Grup.
- 20:00 Inici Test de 300m.II. 1r. grup.
- 21:15 Inici Test de 300m.II. 4rt. grup.
- 21:45 Finalització de la jornada.

• Dissabte

- 09:00 Rebuda dels/les atletes convocats/des a la Unitat de Ciències del CAR de Sant Cugat.
- 09:10 Breu explicació de la logística de les proves i organització de les mateixes.
- 10:00 Inici Test Incremental 1er grup + Test de 20' Màxim 1r Grup.
- 14:00 Finalització de la jornada.

En aquestes jornades per regles de funcionament intern del CAR de Sant Cugat únicament podran accedir al Centre, els/les atletes convocats/des i els/les seus/seves entrenadors/es personals.

No es podrà aparcar dins el recinte del CAR.

PROCEDIMENTS

De dimecres 26 a Dilluns 30 de setembre: Els/IES atletes hauran de confirmar la seva assistència i la del seu/seva entrenador /entrenador tutor (obligatòria la presència de tots dos) enviant un correu i el Full Annex 1 ó 2 degudament emplenat a: david@fcatletisme.cat NO S'ACEPTARAN CONFIRMACIONS FORA DE TERMINI.

Dimecres 2 d'octubre: Publicació al web de la FCA dels/les atletes confirmats/des i dels torns assignats a les avaluacions.

Dijous 3 d'octubre: Realització de la primera jornada d'avaluacions.

Divendres 4 d'octubre: Recepció via mail, al correu indicat pels atletes/entrenadors, dels torns per a les proves de valoració de Dissabte.

Dissabte 5 d'octubre: Realització de la segona jornada d'avaluacions.

Per tal de poder facilitar la participació de tothom, en el moment de la confirmació és important que s'indiqui si existeix alguna dificultat per assistir-hi a l'hora prevista de les proves.

En la mesura del possible, s'intentaran atendre les peticions que ens indiqueu i sobretot dels atletes d'ubicacions geogràfiques més llunyanes del CAR de Sant Cugat.

LLISTAT D'ATLETES CONVOCATS/DES

Barcelona, a 18 de setembre de 2019.

Sub14 Masculí - any 2006

| | | | |
|---------|---------------------------|------------|----------------------|
| CL75555 | ALONSO BERNARDEZ, ORIOL | 08/02/2006 | CA IGUALADA |
| CL93010 | CASAL COSTA, LLUC | 11/04/2006 | A OLOT-TERRA VOLCANS |
| CT29797 | ESTRAMPES MATEU, HAILU | 24/12/2006 | CA ASCÓ |
| CT29788 | GUILLEN MORA, POL | 09/06/2006 | CA CANOVELLES |
| CT29789 | IBAÑEZ ROCHO, JOEL | 20/04/2006 | CA CANOVELLES |
| CL77043 | MAINAR HERRERA, ALEIX | 20/01/2006 | CA GRANOLLERS |
| CL92015 | MATURANA BARCELO, BRUNO | 17/04/2006 | FC BARCELONA |
| CL82266 | MORANCHO BARGAS, BIEL | 02/02/2006 | FC BARCELONA |
| CL89050 | PEREZ EGEA, IVAN | 07/05/2006 | U COLOMENCA AT. |
| CT29825 | PRADOS MOLINA, IKER | 30/08/2006 | CA CANOVELLES |
| CL69758 | RAFART ARQUES, XAVI | 06/03/2006 | FC BARCELONA |
| CT29793 | RAMIREZ CORTES, AARON | 19/11/2006 | CA MONTORNES |
| CL68917 | ROCAFULL HINOJOSA, DANIEL | 31/08/2006 | CA SANT JUST |

Sub14 Femení- any 2006

| | | | |
|---------|-------------------------------|------------|-----------------------|
| CL69021 | DE LA PIEDRA SITJAS, CLAUDIA | 12/05/2006 | CA MOLLET |
| CT29658 | EL KHOUYA ALI BAHYAOUI, MARWA | 11/05/2006 | LLEIDA UA |
| CL70556 | FITO CARRIL, AINHOA | 08/04/2006 | CD PALAFOLLS |
| CL87622 | IZCARA ALBIOL, EVA | 26/06/2006 | CA STA.CRISTINA D'ARO |
| CT28657 | LAHOSA CALVO, JULIA | 06/05/2006 | CA PARETS |
| CL78090 | LOPEZ CRISTIA, IRINA | 13/02/2006 | FACVAC VALLS |
| CL77688 | MITJANS MUÑOZ, MARTA | 28/12/2006 | PENYA APA ANEM-HI |
| CL74319 | OLALLA GALLEGO, VALERIA | 15/06/2006 | UA RUBÍ |
| CL70228 | RIGAU FERNANDEZ, ARIADNA | 07/04/2006 | CG TARRAGONA |
| CL92548 | RODRIGUEZ GOMEZ, MARIA | 27/03/2006 | CE CERDANYOLA |
| CL69957 | SOLER HUERTA, NURIA | 15/07/2006 | AA CATALUNYA |

Sub16 Masculí

| | | | |
|---------|----------------------------|------------|-----------------------|
| CT29532 | AIGUADE BERNAUS, PAU | 06/03/2004 | AA XAFATOLLS |
| CL90722 | BLANCH ALSO, ARNAU | 16/03/2005 | UA MONTSIÀ |
| CT28500 | CASAMADA RIBERA, JAN | 30/10/2004 | CA CASTELLAR |
| CL82617 | CLAVELL CLOTET, ANIOL | 17/05/2005 | A OLOT-TERRA VOLCANS |
| CL73921 | ENRIQUE AMADAS, ALBERT | 23/11/2005 | UA TERRASSA |
| CT28911 | FERNANDEZ BORRAS, ROGER | 23/05/2005 | AA CATALUNYA |
| CT29638 | FERNANDEZ HERNANDEZ, POL | 15/06/2004 | CE CERDANYOLA |
| CT28689 | GISBERT AGUZA, BRIAN | 27/02/2004 | CN REUS PLOMS |
| CT29350 | GISTAU VALLVERDU, EUSEBI | 02/01/2005 | LLEIDA UA |
| CT29570 | GOMEZ CARMONA, ADRIAN | 12/02/2005 | UA BARBERÀ |
| CT29857 | LEE , SEUNGWOO | 22/03/2004 | CA SANT JUST |
| CT28633 | LOPEZ SALA, MARC | 22/12/2005 | UA RUBÍ |
| CT29834 | MERENQUER GARZON, MARC | 18/01/2005 | AVINENT MANRESA |
| CL78101 | PONS MIRO, LLUIS | 07/02/2005 | FACVAC VALLS |
| CT29527 | ROCA RIVERA, JAN BIEL | 01/02/2004 | CA GRANOLLERS |
| CT27377 | ROCA ROSA, JOFRE | 08/01/2005 | CE ESPORTS PARRA |
| CT29694 | RODRIGUEZ LIZONDO, VICTOR | 11/03/2004 | CA VILADECANS |
| CT27323 | RODRIGUEZ MARTINEZ, HUGO | 25/02/2004 | CN REUS PLOMS |
| CT29851 | SANTIN SANCHEZ, MARIO | 16/09/2004 | BARCELONA AT. |
| CT29805 | SAUBI MAS, ARNAU | 03/09/2004 | CA STA.CRISTINA D'ARO |
| CT29697 | ULLAR CALVO, MARTI | 12/07/2005 | CA PARETS |
| CL73505 | VALDEPEÑAS VALDERRAMA, PAU | 02/05/2005 | CE PENEDÈS |
| CT29695 | VIVES ESPLUGAS, ALEIX | 27/09/2004 | FACVAC VALLS |

Sub16 Femení

| | | | |
|---------|------------------------------|------------|---------------------|
| CT28502 | ALTARRIBA SOLA, ABRIL | 23/08/2004 | FC BARCELONA |
| CL78320 | ANTONIO MARIANAS, ANNELIESE | 15/03/2005 | CORNELLÀ AT. |
| CT28960 | BISBAL BELENGUER, CARLA | 13/05/2005 | CA IGUALADA |
| CT29616 | CACERES PEREZ, BETH | 04/04/2005 | CA VILADECANS |
| CL80225 | DIMITROV CASAS, NEDELKA | 24/07/2005 | CE UNIVERSITARI |
| CT29862 | DOMINGUEZ CASTELLANOS, PAULA | 27/12/2005 | CA CANALETES |
| CT27217 | FRIGOLA GARCIA, GEMMA | 22/03/2004 | GEIE GIRONÍ |
| CT29471 | GABRIEL RODRIGUEZ, MEREM | 20/05/2005 | JA SABADELL |
| CL88704 | GONZALEZ COSTA, ABRIL | 21/07/2005 | CE UNIVERSITARI |
| CT25929 | HERNANDEZ VALOR, PAULA | 14/02/2004 | CA CANOVELLES |
| CT28439 | MASSAGUE ABELLO, FRANCINA | 14/12/2004 | CA IGUALADA |
| CT29193 | PEREZ RAMOS, MARINA | 01/06/2004 | U COLOMENCA AT. |
| CT29678 | PLANESAS MIR, MIREIA | 22/04/2005 | CA SANT CELONI |
| CT28692 | PRADO MORALES, LUCIA | 29/07/2004 | UA TERRASSA |
| CT28631 | REYES OYONO, LISSETH | 25/07/2005 | CA CANOVELLES |
| CT28517 | ROBLEDA GRACIA, ERIKA | 18/02/2004 | CA NOU BARRIS |
| CT28838 | ROSET AIGUADE, MARIA | 31/10/2005 | JA ARBECA |
| CT29517 | ROVIROSA SARDA, ANNA | 07/07/2005 | RUNNERS EL VENDRELL |
| CT27952 | TERUEL SUBIRATS, BERTA | 03/03/2004 | JA SABADELL |
| CT28244 | TOMAS OJEDA, AMBAR | 07/10/2004 | JA SABADELL |
| CT29520 | VIDAL CASADESUS, BEMNET | 11/06/2005 | CA NOU BARRIS |
| CT29696 | VIVES ESPLUGAS, CLAUDIA | 27/09/2004 | FACVAC VALLS |
| CT29688 | ZURITA CARBO, LAIA | 26/05/2005 | UGE BADALONA |

Sub18 Masculí

| | | | |
|---------|----------------------------------|------------|---------------------|
| CT27982 | ARRABAL GARCIA, ABEL | 20/06/2002 | JA SABADELL |
| CT25750 | BADIA CELMA, JAN | 13/06/2002 | CORNELLÀ AT. |
| CT26900 | BAYONA OLIVE, JAN | 28/12/2002 | AVINENT MANRESA |
| CT27274 | BELTRAN LLIBERIA, MARCEL | 28/03/2003 | CA TERRES DE L'EBRE |
| CT27258 | BLASI CAIROL, VICTOR | 19/02/2003 | CE UNIVERSITARI |
| CT26938 | BORRAS DE LAS HERAS, MIQUEL | 07/03/2003 | JA SABADELL |
| CT26833 | BORRAS TORRAMILANS, ANIOL | 04/05/2002 | AA CATALUNYA |
| CT27074 | BOULBAYEM RHARRABTI, RIDUAN | 01/10/2002 | CA IGUALADA |
| CT28481 | CAROL ADROHER, PAU | 11/01/2003 | CN BANYOLES |
| CT26056 | DE LA TORRE BELANA, JOAN | 13/01/2003 | JA MONTCADA |
| CT26511 | FERNANDEZ MARTINEZ, NESTOR | 06/03/2002 | JA SABADELL |
| CT25815 | FERNANDEZ PERSONAT, MARC | 28/02/2002 | AA CATALUNYA |
| CT27468 | GONZALEZ FAÑANAS, JOSE | 10/02/2003 | MUNTANYENC S.CUGAT |
| CT27545 | GUENFOUDI BOUSFIA, MUSTAFA | 19/01/2002 | LLEIDA UA |
| CT25984 | GUZMAN GONZALEZ, ERIC | 29/01/2002 | NEW BALANCE TEAM |
| CT26826 | HERRAIZ PRAT, MARÇAL | 08/09/2003 | CA MOLLET |
| CT26513 | MARTINEZ LOPEZ, DANIEL | 02/08/2003 | UA BARBERÀ |
| CT27267 | MORA ESCUTIA, PAU | 20/05/2003 | GEIE GIRONÍ |
| CT25015 | PARADAS FALCO, ISAAC | 19/01/2002 | CA MOLLET |
| CT26221 | PEREZ RODRIGUEZ, JOEL | 31/03/2003 | AA CATALUNYA |
| CT28265 | PINSACH SANTOS, PAU | 20/10/2003 | CN BANYOLES |
| CT24970 | RIBE MANAUT, GERARD | 09/02/2002 | AA CATALUNYA |
| CT26905 | RIERA BLESÀ, MIQUI | 14/06/2003 | AVINENT MANRESA |
| CT27137 | SALGADO CASTILLA, JOSE ALEJANDRO | 03/07/2002 | CA MOLLET |
| CT27240 | SOLER PRIOR, JAN | 04/10/2002 | CA MOLLET |
| CT28271 | SURIA ASENSIO, ROGER | 19/05/2003 | CA IGUALADA |
| CT27331 | TORRENT ACEITUNO, POL | 14/05/2002 | UA MONTSIÀ |
| CT27262 | VALLDEPEREZ TOMAS, EDGAR | 17/02/2003 | UA MONTSIÀ |

Sub18 Femení

| | | | |
|---------|-----------------------------|------------|--------------------|
| CT27059 | ALEMANY ORO, AIDA | 04/03/2003 | JA ARBECA |
| CT27060 | ALEMANY ORO, ANDREA | 04/03/2003 | JA ARBECA |
| CT25723 | ALEMANY PEREZ, CARLA | 04/04/2002 | CA IGUALADA |
| CT26211 | ALONSO CAMPS, ONA | 20/04/2003 | AA CATALUNYA |
| CT25014 | BAHIM HOUARI, GHITA | 29/05/2002 | FC BARCELONA |
| CT27061 | BONJORN GIROS, OXANA | 03/01/2003 | JA ARBECA |
| CL28843 | BORRELLA CALLEJAS, JUDITH | 22/02/2003 | UA RUBÍ |
| CT26581 | CAMPS CALDERON, ALEJANDRA | 30/09/2003 | JA SABADELL |
| CT25212 | CASTAÑO GARCIA, LAIA | 27/12/2002 | MARTORELL AC |
| CT27080 | COLAS SIMAL, CLARA | 23/10/2002 | CA CANALETES |
| CT25927 | DE LA PIEDRA SITJAS, JULIA | 09/03/2003 | FC BARCELONA |
| CT28433 | DE SOUSA BRITO, SOFIA | 10/04/2003 | MUNTANYENC S.CUGAT |
| CT26580 | DOMINGUEZ TORNER, CARLA | 10/07/2003 | JA SABADELL |
| CT26723 | GARCIA FUENTES, JULIA | 21/07/2003 | FC BARCELONA |
| CT24795 | GONZALEZ LLOBREGAT, QUERALT | 23/05/2002 | MUNTANYENC S.CUGAT |
| CT25551 | MANZANO JIMENO, BETHLEHEM | 15/12/2002 | AVINENT MANRESA |
| CT25599 | MARTINEZ ORTUÑO, MARINA | 13/02/2002 | CA LAIETANIA |
| CT27234 | PRIETO SWINNEN, LAURA | 28/02/2002 | CA LLORET-LA SELVA |
| CT27591 | PUJOL DANES, JUDIT | 27/11/2002 | CA CANALETES |
| CT24805 | RUBIO MIRALLES, IRENE | 08/02/2002 | ISS - L'HOSPITALET |
| CT27083 | SAURA PETEGNIEF, CHLOE | 14/07/2003 | CA CANALETES |
| CT26906 | SOLER VAZQUEZ, CARLOTA | 11/02/2003 | AVINENT MANRESA |
| CT25727 | TORRAS VIVES, ANNA | 14/04/2002 | CA IGUALADA |
| CT28402 | TORRES GARCIA, LAURA | 19/12/2003 | RIPOLLET UA |
| CT27501 | TRAVE FERRER, MARINA | 18/06/2002 | CE PENEDÈS |
| CT26948 | URBAN RUEDA, CARLA | 29/12/2003 | JA SABADELL |
| CT26736 | VERDUGO SANCHEZ, OLGA | 28/01/2003 | CE CERDANYOLA |

Sub20 Masculí

| | | | |
|---------|-----------------------------|------------|---------------------|
| CT24534 | AZNAR BAIDES, ALEIX | 06/01/2000 | GA LLUÍSOS MATARO |
| CT28205 | BAIDDER OUHADDOU, YOUSSEF | 22/11/2001 | JA SABADELL |
| CT23134 | BAÑOS TOR, TONI | 12/04/2000 | AVINENT MANRESA |
| CT24514 | BOU CAPDEVILA, GERARD | 02/06/2000 | CORNELLÀ AT. |
| CT24550 | CANALES ESCOTO, ELVIN JOSUE | 05/09/2001 | GEIE GIRONÍ |
| CT25734 | EL MARJI , ACHRAF | 14/01/2001 | GEIE GIRONÍ |
| CT24411 | FERNANDEZ CERRATO, KEVIN | 24/01/2000 | U COLOMENCA AT. |
| CT24717 | FORT DIAZ, DAVID | 10/08/2001 | AA CATALUNYA |
| CT23164 | LAS HERAS RUPEREZ, AARON | 22/06/2000 | PLAYAS DE CASTELLON |
| CT22991 | LOPEZ SEGURA, ANTONIO | 15/04/2000 | FC BARCELONA |
| CT26003 | MAIJO FRIGOLA, ADAM | 26/04/2001 | AA CATALUNYA |
| CT24503 | MARIN MONTANER, ARNAU | 18/05/2001 | CE PENEDÈS |
| CT23406 | ORIVE VIDAL, PAU | 23/05/2000 | CA CANALETES |
| CT24710 | PEREZ LOPEZ, SERGIO | 06/03/2001 | CA MONTORNES |
| CT24016 | REVILLA SANGUESA, TOMAS | 23/01/2000 | CE UNIVERSITARI |
| CT28395 | SAHEL , REDOUAN | 01/01/2000 | LLEIDA UA |
| CT24513 | SALA SANCHEZ, ARNAU | 26/07/2000 | LLEIDA UA |
| CT24460 | SALAS MOLINA, ALEX | 18/11/2000 | CORNELLÀ AT. |
| CT26433 | SANTAMARIA CLARIA, SERGI | 18/12/2001 | CA IGUALADA |
| CT26246 | SOLE MORALES, JOAN | 29/12/2001 | CE UNIVERSITARI |
| CT24827 | VAZQUEZ ROS, DANIEL | 23/06/2000 | CA CANALETES |
| CT25712 | VILLALONGA MARTINEZ, RAUL | 21/10/2001 | CA VILADECANS |

Sub20 Femení

| | | | |
|---------|-------------------------------|------------|--------------------|
| CT24541 | BERNAL CASTELLO, ANDREA | 03/04/2001 | CORNELLÀ AT. |
| CT26241 | BOTA BARBARA, NURIA | 17/02/2001 | MUNTANYENC S.CUGAT |
| CT25483 | CARNER RODRIGUEZ, MARIA | 11/05/2001 | CA MOLLET |
| CT24483 | CERDEIRA CASALS, AINA | 23/10/2001 | CA OLESA |
| CT23632 | DALMAU CLOTET, JULIA | 04/05/2001 | AVINENT MANRESA |
| CT26644 | DANIELUK BORGET, CAMILA ITATI | 02/11/2001 | CA GRANOLLERS |
| CT25405 | FERNANDEZ LACALLE, IRENE | 28/06/2000 | CA CANALETES |
| CT26002 | FREIXA VALLS, MARINA | 19/02/2001 | CA ASCÓ |
| CT23368 | GARCIA VERGES, JULIA | 05/11/2000 | ISS - L'HOSPITALET |
| CT25017 | HERRAIZ PRAT, CLARA | 07/09/2001 | CA MOLLET |
| CT25797 | KAJTIH KAJTIH, INAS | 13/03/2001 | CA LAIETANIA |
| CT25219 | OLLE ROVIRA, ARIANA | 13/09/2000 | AA CATALUNYA |
| CT22832 | RAIMUNDO BARBERO, MERITXELL | 20/04/2000 | JA SABADELL |
| CT25016 | ROCA MONTALBAN, SARA | 25/04/2001 | CA MOLLET |
| CT24526 | RODES BACHS, CARLOTA | 13/01/2001 | CA CANALETES |
| CT29166 | RODRIGUEZ BOTELLA, LAURA | 10/08/2000 | LLEIDA UA |
| CT24721 | RUIZ GRIMSHAW, HANNAH | 21/12/2001 | CA LAIETANIA |
| CT25338 | SAURA PETEGNIEF, ELIA | 05/10/2000 | CA CANALETES |
| CT28063 | STANCHEVA , SIMONA GEORGIEVA | 12/03/2000 | CA ASCÓ |
| CT23590 | SURIA ASENSIO, MARINA | 07/06/2000 | CA IGUALADA |
| CT23016 | VIDAL SOLER, IA | 23/09/2000 | CA LLORET-LA SELVA |
| CT24789 | VILA PLAZA, LAURA | 15/01/2000 | CORNELLÀ AT. |
| CT22455 | VIUDEZ CHECA, NURIA | 18/01/2000 | ISS - L'HOSPITALET |

Sub23 Masculí

| | | | |
|---------|----------------------------------|------------|------------------------|
| CT23474 | BOLOS TUDON, NOEL | 30/01/1997 | CA SANT CELONI |
| CT25373 | CARABAÑA VALENZUELA, NAHUEL | 10/11/1999 | AA CATALUNYA |
| CT22396 | CARNER CARRER, GUILLEM | 20/08/1998 | CA IGUALADA |
| CT22210 | CATROFE CACHARRON, SANTIAGO | 13/02/1999 | CA STA. CRISTINA D'ARO |
| CT23694 | CORBERA RUBIO, MIQUEL | 16/11/1999 | CA MONTORNES |
| CT21232 | DOMENECH VILLOLDO, MIQUEL | 09/02/1997 | CA GAVÀ |
| CT22473 | EL HAJJIOUI EL HAJJIOUI, AYOUB | 25/01/1999 | AA CATALUNYA |
| CT22407 | FERRANDEZ CRUSELLAS, GENIS | 21/04/1998 | CA GRANOLLERS |
| CT21138 | GARCIA ROMERA, JOAQUIM | 03/09/1997 | U COLOMENCA AT. |
| CT22899 | HAMID , ABDELHAKIM | 02/08/1997 | CA IGUALADA |
| CT28277 | HAMMOUMI BEN DRISS, HASSAN | 14/01/1999 | LLEIDA UA |
| CT22219 | HSSINI ZAAOT, JAOUAD | 29/11/1999 | ALCAMPO SCORPIO 71 |
| CT22814 | KUN MASVIDAL, BERNAT | 17/02/1998 | U COLOMENCA AT. |
| CT23308 | MAHBOUB EL HAMDOUNI, ANNASSE | 30/11/1999 | PLAYAS DE CASTELLON |
| CT26267 | MAS BAURIER, ADRIA | 22/01/1999 | FC BARCELONA |
| CT21198 | MECHAAL MECHAAL, SAID | 23/05/1998 | PLAYAS DE CASTELLON |
| CT26978 | OUGRA , ABDERRAHIM | 26/11/1999 | GEIE GIRONÍ |
| CT22242 | OUKHELLEN BEN HADDOU, ABDESSAMAD | 18/12/1998 | CA IGUALADA |
| CT25656 | PUJOL DOMINGUEZ, JORDI | 30/09/1998 | AA CATALUNYA |
| CT24298 | RACHIDI BEN HADDI, ELIAS | 10/01/1999 | U COLOMENCA AT. |
| CT28995 | RAMIREZ LLOP, ORIOL | 26/02/1998 | U COLOMENCA AT. |
| CT21137 | RODRIGUEZ COCA, MARC | 28/08/1998 | U COLOMENCA AT. |
| CT23370 | SAEZ SADORNIL, CARLOS | 27/01/1999 | U COLOMENCA AT. |
| CT23536 | SANCHEZ PEDRET, MIQUEL | 09/11/1999 | CN REUS PLOMS |
| CT23433 | SERRA VILADRICH, ALEIX | 01/11/1999 | MUNTANYENC S.CUGAT |
| CT22060 | TAPIAS HOSTA, JOAN | 24/05/1999 | ALCAMPO SCORPIO 71 |
| CT21698 | TRASSERRA PUJOL, MARC | 01/02/1997 | CE PENEDÈS |

Sub23 Femení

| | | | |
|---------|------------------------------|------------|--------------------|
| CT21559 | AIT ALIBOU OUAHDA, NAIMA | 29/06/1999 | CA IGUALADA |
| CT21170 | BATLLE CAPA, IRENE | 30/01/1998 | LLEIDA UA |
| CL25361 | BELOUA , IMAN | 05/04/1999 | CA IGUALADA |
| CT21460 | CABANAS TIRAPU, BERTA | 29/01/1999 | FC BARCELONA |
| CT21751 | CASAJOANA GUARDIA, LAIA | 18/02/1999 | JA SABADELL |
| CT25344 | COSTA REINA, ANNA | 06/06/1997 | CA LAIETANIA |
| CT25718 | FONTCUBERTA REDON, ARIADNA | 03/01/1998 | U COLOMENCA AT. |
| CT21349 | GALLEGO SOTELO, CLAUDIA | 28/04/1997 | CE UNIVERSITARI |
| CT21465 | GARCIA GONZALEZ, MARINA | 11/05/1997 | AA CATALUNYA |
| CT20699 | GARCIA HOMBRAVELLA, CRISTINA | 05/09/1998 | ISS - L'HOSPITALET |
| CT26572 | HUGUET ONANDIA, ANNA | 03/06/1999 | CORNELLÀ AT. |
| CT22577 | LLAGOSTERA MAGRANS, MARTA | 20/01/1998 | CA IGUALADA |
| CT19634 | MARTINEZ HERNANDEZ, CLAUDIA | 03/08/1997 | RIPOLLET UA |
| CT24451 | MENDOU , KHADIJA | 02/12/1997 | CA ASCÓ |
| CT21410 | MESTRES CASADESUS, ANNA | 08/12/1999 | ISS - L'HOSPITALET |
| CL21964 | MOLNE RIONE, MIREIA | 02/10/1997 | AA CATALUNYA |
| CT22220 | RAFOLS MONTIEL, CARLA | 04/12/1999 | AA CATALUNYA |
| CT21345 | TILLO PRATS, NURIA | 14/08/1998 | AA XAFATOLLS |
| CL22006 | VIZCAINO ESTRADA, NURIA | 26/05/1997 | CA CANALETES |



Esteban Giménez Giménez
Responsable sector mig fons i fons

ANNEX 1- ATLETES MAJORS D'EDAT FEDERACIÓ CATALANA D'ATLETISME CONCENTRACIÓ DE MIG FONS I FONS

Nom:

DNI:

Data Naixement:

Correu electrònic:

Nom del Entrenador/a:

Correu electrònic del Entrenador/a:

SOL·LICITA

Que en el moment de fer lliurament dels informes derivats de les proves realitzades a la concentració, es faci alhora dels mateixos a l'entrenador/a indicat en aquest document.

de

de 2019

Signatura de l'atleta:

ANNEX 2- ATLETES MENORS D'EDAT FEDERACIÓ CATALANA D'ATLETISME CONCENTRACIÓ DE MIG FONS I FONS

Nom pare/mare/tutor legal:

DNI:

Data Naixement:

Correu electrònic:

Nom del Entrenador/a:

Correu electrònic del Entrenador/a:

SOL·LICITA

Que en el moment de fer lliurament dels informes derivats de les proves realitzades a la concentració, es faci alhora dels mateixos a l'entrenador/a indicat en aquest document.

de

de 2019

Signatura del pare/mare/tutor legal:

ACTIVITATS PROVES COMBINADES

El sector de proves combinades del Comitè Tècnic de la Federació Catalana d'Atletisme organitza una concentració el proper diumenge dia 18 de novembre, a la que es convoca als següents atletes i els seus entrenadors personals. Així mateix els entrenadors interessats poden sol·licitar autorització per assistir-hi. Les dades de la concentració són:

Dia: Diumenge 18 de novembre de 2018
Lloc: CAR Sant Cugat
Horari: 10.30-13.30 h.
Programa: Seguiment tècnic de tanques i javelina

Confirmació assistència: Límit dimecres 14 de novembre david@fcatalletisme.cat AQUESTA DATA ÉS IMPROPRORROGABLE

Nota important: Únicament podran accedir a les instal·lacions, els entrenadors i atletes que hagin confirmat assistència. No poden entrar ni cotxes ni acompanyants al CAR

Atletes convocats:

| | | | |
|---------|----------------------------|------------|----------------------|
| CT24960 | AVILA LLORENS, ADAM | 08/02/2002 | AA CATALUNYA |
| CT28486 | CLEMENTE MARTIN, IRENE | 05/03/2003 | CORNELLÀ AT. |
| CT28282 | FERRER MONCUSI, POL | 09/06/2003 | CORNELLÀ AT. |
| CT28453 | FUENTES MAS, GERARD | 17/07/2003 | UA TERRASSA |
| CT27076 | MUÑOZ CALVET, DAVID | 05/01/2002 | CA IGUALADA |
| CT25600 | PEDROSO ALVAREZ, MARIA | 13/01/2002 | ISS - L'HOSPITALET |
| CT24807 | RODRIGUEZ FAUROUX, JOAQUIM | 19/03/2002 | ISS - L'HOSPITALET |
| CT27138 | ROVIRA FIGUERAS, IVET | 31/08/2002 | GEIE GIRONÍ |
| CT28032 | SALMERON HUCKE, OLIVIA | 21/02/2003 | DINAMI-K CA VILANOVA |
| CT27128 | TERUEL SANCHEZ, ALEX | 08/02/2003 | CA CANALETES |

ACTIVITATS MARXA ATLÈTICA

El sector de marxa del Comitè Tècnic de la Federació Catalana d'Atletisme organitza una concentració el proper dissabte dia 15 de desembre, a la que es convoca als següents atletes de les categories SUB16, SUB18 i SUB20 i els seus entrenadors personals.

Les dades de la concentració són:

Dia: Dissabte, 15 de desembre de 2018
Hora: Des de les 10.00 fins les 12.30 hores
Lloc: CAR Sant Cugat
Responsable: Valentí Massana

Treball tècnic: Test específic per determinar la velocitat aeròbica màxima.

Els interessats hauran de confirmar la seva assistència abans del dimecres 12 de desembre enviant un correu a david@fcatletisme.cat.

Recordem que l'accés al CAR únicament serà per a entrenadors i atletes convocats i confirmats. No es podrà accedir en cotxe a l'interior de la instal·lació.

| | | | |
|---------|---------------------------|------------|---------------------|
| CT24491 | BASSAS GARRITY, MARIO | 09/09/2001 | CE UNIVERSITARI |
| CT23310 | CAMPINS PITART, FERRAN | 23/07/2000 | UA TERRASSA |
| CT29280 | DURO ROMERAL, ERIKA | 28/01/2005 | CA GAVÀ |
| CT22472 | GARCIA ROVIRA, MARIONA | 13/03/2000 | FC BARCELONA |
| CT27104 | GIMENEZ PLANELL, LAURA | 13/09/2003 | CA IGUALADA |
| CT25875 | GUTIERREZ ROMERO, LAURA | 31/01/2003 | CA VIC |
| CL93664 | JIMENEZ ISABAL, ALBERT | 01/01/2004 | MUNTANYENC S.CUGAT |
| CT23364 | LEAL MEMBRIVE, ANTONIO | 07/08/2000 | CA CANOVELLES |
| CT28354 | LISTE HURTADO, RUBEN | 10/12/2004 | CA VILADECANS |
| CT28626 | LLORET SELLABONA, JANA | 13/09/2005 | GEIE GIRONÍ |
| CT24484 | MARTINEZ LUCEÑO, AINHOA | 09/11/2001 | UA TERRASSA |
| CT27112 | MARTINEZ RODRIGUEZ, OSCAR | 28/09/2003 | PRATENC AA |
| CT22938 | MASSANA BANQUELLS, ANGELS | 15/03/2000 | MUNTANYENC S.CUGAT |
| CT27055 | MCGRATH BENITO, PAUL | 07/03/2002 | CORNELLÀ AT. |
| CT28423 | MESTRE MONFA, CARLES | 06/02/2004 | CA CANALETES |
| CT24767 | MORA MARTINEZ, GEMMA | 26/02/2000 | ISS - L'HOSPITALET |
| CT24959 | PALOMERO DONADEU, ALEXIA | 19/11/2002 | AA CATALUNYA |
| CT25968 | RODRIGUEZ IZQUIERDO, NOA | 23/04/2003 | MUNTANYENC S.CUGAT |
| CT28623 | SERRET MENENDEZ, GRISELDA | 09/07/2005 | RUNNERS EL VENDRELL |
| CT25752 | TEIJEIRO GAMEZ, IRIA | 02/09/2002 | HINACO MONZON |
| CT22452 | TORNER CABOT, SERGI | 10/07/2000 | U COLOMENCA AT. |
| CT28424 | URRUTIA HERRERA, AINA | 30/07/2004 | CA CANALETES |



El sector de marxa del Comitè Tècnic de la Federació Catalana d'Atletisme organitza una concentració el proper dissabte dia 9 de novembre, a la que es convoca als següents atletes de les categories Sub14 i Sub16 i els seus entrenadors personals.

Els criteris de selecció han estat:

- Atletes que durant la temporada 2018/2019 han assolit les marques mínimes per participar al Campionat d'Espanya en la categoria Sub16 (aire lliure)
- Atletes que han participat amb la selecció de Catalunya en la temporada 2018/2019
- Atletes de categoria Sub14 i Sub16 d'interès pel sector de la marxa atlètica

Les dades de la concentració són:

Dia: Dissabte, 9 de novembre de 2019
Hora: Des de les 10.00 fins les 12.30 hores
Lloc: CAR Sant Cugat
Responsable: Valentí Massana

Treball tècnic: Sessió tècnica de marxa per a categories Sub14 i Sub16 masculina i femenina

Els interessats hauran de confirmar la seva assistència abans del dilluns 4 de novembre enviant un correu a david@fcatalletisme.cat.

Recordem que l'accés al CAR únicament serà per a entrenadors i atletes convocats i confirmats. No es podrà accedir en cotxe a l'interior de la instal·lació.

| | | | |
|---------|----------------------------|------------|--------------------|
| CL74165 | CEMBORAIN VALDELVIRA, ALEX | 20/02/2006 | CA VILADECANS |
| CT29586 | JIMENEZ ISABAL, ALBERT | 30/04/2004 | MUNTANYENC S.CUGAT |
| CT28354 | LISTE HURTADO, RUBEN | 10/12/2004 | CA VILADECANS |
| CT28423 | MESTRE MONFA, CARLES | 06/02/2004 | CA CANALETES |
| CL76630 | MOLINA ESPARTERO, IVAN | 19/01/2006 | GA LLUÍSOS MATARO |
| CT29342 | PALLARES MAYORAL, BIEL | 01/09/2005 | GEIE GIRONÍ |
| CT29613 | RAMIREZ CORTES, IZAN | 22/10/2004 | CA MONTORNES |
| CT29851 | SANTIN SANCHEZ, MARIO | 16/09/2004 | BARCELONA AT. |
| CT29007 | SERRAT ALEMANY, LLUC | 09/09/2005 | UA TERRASSA |
| CL93592 | TEIJEIRO GAMEZ, RUBEN | 18/02/2006 | PRATENC AA |
| CT28083 | VILLALONGA MARTINEZ, RUBEN | 05/02/2004 | CA VILADECANS |

ACTIVITATS SALTS

El sector de salts del Comitè Tècnic de la Federació Catalana d'Atletisme organitza una concentració de triple salt el proper dissabte dia 20 d'octubre, a la que es convoca als següents atletes i els seus entrenadors personals. Així mateix els entrenadors interessats poden sol·licitar autorització per assistir-hi.

Les dades de la concentració són:

| | | | |
|------------------|-------------------------------|--------------|---|
| Dia: | Dissabte 20 d'octubre de 2018 | | |
| Lloc: | CAR Sant Cugat | | |
| Horari: | 16.15 - 18.45 h. | | |
| Programa: | 16.15-16.45 | Aula | Xerrada Iniciació de la força |
| | 16.45-17.30 | Aula | Xerrada de Vicente Bores sobre Power Instep |
| | 17.15-18.45 | Mòdul cobert | Entrenament |
| | | | * Exercicis de tècnica de cursa |
| | | | * Exercicis enllaços i treballs de |

proporció

Confirmació assistència: Límit dilluns 15 d'octubre. david@fcatalletisme.cat AQUESTA DATA ÉS IMPRORRIGABLE

Nota important: Únicament podran accedir a les instal·lacions, els entrenadors i atletes que hagin confirmat assistència. No poden entrar ni cotxes ni acompanyants al CAR

Atletes convocats (CLUBS 2017/2018):

| | | | |
|---------|----------------------------------|------------|--------------------|
| CT28339 | ANTOJA VANDELLOS, ESTEL | 20/06/2003 | MUNTANYENC S.CUGAT |
| CT26404 | ARAGO PORTILLO, MARTINA | 09/05/2003 | ISS - L'HOSPITALET |
| CT28511 | ARBO BONEU, MAX | 24/02/2003 | LLEIDA UA |
| CL24790 | BELTRI CEBRIAN, LAURA | 25/05/2002 | VELOCISTES PENEDES |
| CT27249 | BUZON LOPEZ, JAN UNCAS | 17/05/2003 | UA TERRASSA |
| CT27221 | CASTRO POZO, DAVID | 02/09/2003 | U COLOMENCA AT. |
| CL73216 | CERDAN PEREZ, RAQUEL | 30/08/2004 | CA NOU BARRIS |
| CT28486 | CLEMENTE MARTIN, IRENE | 05/03/2003 | CA GAVÀ |
| CT24914 | DOBON PELEGRIN, ESTHER | 19/04/2002 | JA SABADELL |
| CT27326 | FILBA GIRALT, VICENÇ | 17/03/2003 | CA MOLLET |
| CT26514 | GEA GONZALEZ, JOAN | 04/04/2002 | UA BARBERÀ |
| CT27132 | GOMEZ VALLADOLID, MANU | 23/12/2002 | CA GAVÀ |
| CL91420 | GRESS DACIUK, VICTORIA | 17/07/2003 | CA GAVÀ |
| CT27127 | LAVILA TORT, ANDREY | 10/03/2003 | CN BANYOLES |
| CT28409 | MARIMON FERNANDEZ, LAURINE ELISA | 17/09/2004 | CA TARRAGONA |
| CT25088 | MONTES LOPEZ, MARIO | 20/02/2002 | CORNELLÀ AT. |
| CT25924 | PEREZ GARCIA, SARA | 04/05/2003 | CE UNIVERSITARI |
| CT25966 | RAMBLA CALATAYUD, ABRIL | 13/11/2003 | MUNTANYENC S.CUGAT |
| CT25969 | SALA MUÑOZ, MARC | 21/02/2003 | MUNTANYENC S.CUGAT |
| CT28516 | SEGURA RETANA, NIL | 28/04/2004 | CA CANALETES |
| CT26578 | VELASCO GONZALEZ, VICTOR | 11/01/2003 | MUNTANYENC S.CUGAT |



El sector de salts del Comitè Tècnic de la Federació Catalana d'Atletisme organitza una concentració de salt de llargada el proper dissabte dia 1 de desembre, a la que es convoca als següents atletes i els seus entrenadors personals. Així mateix els entrenadors interessats poden sol·licitar autorització per assistir-hi.

Les dades de la concentració són:

Dia: Dissabte 1 de desembre de 2018

Lloc: CAR Sant Cugat

Horari: Atletes femenines: 16.30 -18.30 (Lloc trobada: Pista Atletisme exterior)
Atletes masculins: 18.00 -20.00 (Lloc trobada: Zona Salt d'alçada coberta)

Programa:

1. Escalfament + exercicis de penúltim
2. Sessió tècnica
Facilitada de tisores amb cursa reduïda
Facilitada flop amb cursa completa
3. Circuits tècnics

Confirmació assistència: Límit dilluns 26 novembre david@fcatalletisme.cat AQUESTA DATA ÉS IMPRRORROGABLE

Nota important: Únicament podran accedir a les instal·lacions, els entrenadors i atletes que hagin confirmat assistència. No poden entrar ni cotxes ni acompanyants al CAR

Atletes convocats :

| | | | |
|---------|--------------------------|------------|--------------------|
| CL87694 | BUCHACA VALDES, MAR | 30/01/2006 | CA IGUALADA |
| CT28486 | CLEMENTE MARTIN, IRENE | 05/03/2003 | CORNELLÀ AT. |
| CT28519 | CLIMENT ZHOU, EDGAR | 02/07/2003 | U COLOMENCA AT. |
| CT28620 | CORIS COBOS, DAVID | 24/02/2005 | CA SANT CELONI |
| CL93253 | FERNANDEZ ESTEBAN, ALEX | 18/12/2004 | CA CASTELLAR |
| CT28453 | FUENTES MAS, GERARD | 17/07/2003 | UA TERRASSA |
| CT28415 | GALAN RODOREDA, CLAUDIA | 30/04/2004 | AVINENT MANRESA |
| CT25917 | GUAL ALONSO, MARCEL | 20/08/2003 | CA SANT CELONI |
| CT27227 | HOPE EXPOSITO, TYLER | 29/11/2002 | FC BARCELONA |
| CL72170 | JIMENEZ GONZALEZ, JOAN | 28/12/2005 | CORNELLÀ AT. |
| CT27222 | MIRET BARRULL, ARNAU | 19/05/2004 | MARTORELL AC |
| CL71180 | MOIX FALIP, NURIA | 08/03/2005 | CA IGUALADA |
| CT25964 | PEREZ MOLTO, NEREA | 01/04/2003 | MUNTANYENC S.CUGAT |
| CL92947 | PUIG PARDO, LAIA | 20/02/2006 | CA GRANOLLERS |
| CL92017 | RAMOS NAVARRO, ORIOL | 20/04/2005 | FC BARCELONA |
| CL80963 | SANTAMARIA BORGES, LUCAS | 27/09/2006 | MUNTANYENC S.CUGAT |
| CT28695 | TUÑON NOVENSA, ANNA | 02/04/2004 | CORNELLÀ AT. |



El sector de salts del Comitè Tècnic de la Federació Catalana d'Atletisme organitza una concentració de salts horitzontals el proper dissabte **dia 17 de novembre**, a la que es convoca als següents atletes i els seus entrenadors personals. Així mateix els entrenadors interessats poden sol·licitar autorització per assistir-hi.

Les dades de la concentració són:

Dia: Dissabte 17 de novembre de 2018

Lloc: CAR Sant Cugat

Horari: 16.15 - 18.45 h.

Programa: 16.15-16.45 Aula Xerrada Iniciació de la força
17.15-18.45 Mòdul cobert Entrenament
* Exercicis de tècnica de cursa
* Salts amb cursa curta i mitja

Confirmació assistència: Límit dilluns 12 de novembre. david@fcatalletisme.cat AQUESTA DATA ÉS IMPRORRROGABLE

Nota important: Únicament podran accedir a les instal·lacions, els entrenadors i atletes que hagin confirmat assistència. No poden entrar ni cotxes ni acompanyants al CAR

Atletes convocats (CLUBS 2017/2018):

| | | | |
|---------|-------------------------------|------------|----------------------|
| CL71565 | ALSINA FERNANDEZ, ADRIA | 29/03/2005 | CA CANALETES |
| CL89463 | ARDERIU PEREZ, CARLOS | 10/06/2005 | MUNTANYENC S.CUGAT |
| CL70201 | CORDERO CAZORLA, POL | 01/04/2005 | UA RUBÍ |
| CT28620 | CORIS COBOS, DAVID | 24/02/2005 | CA SANT CELONI |
| CL74385 | FUCHS TAULERIA, ALEIX | 17/03/2005 | MUNTANYENC S.CUGAT |
| CL85581 | HERNANDEZ PEREZ, LOLA | 20/06/2005 | MUNTANYENC S.CUGAT |
| CT28607 | NIUBO NABAU, PAULA | 22/06/2005 | AA XAFATOLLS |
| CT27225 | PAGES MABOKA, LERATO | 14/04/2005 | DINAMI-K CA VILANOVA |
| CL71732 | PAREDES LARIO, RUBEN | 10/03/2005 | FACVAC VALLS |
| CL90282 | RAMOS NAVARRO, ORIOL | 20/04/2005 | CA GRANOLLERS |
| CL80955 | RODRIGUEZ FISCHER, MATHIOS | 20/02/2005 | MUNTANYENC S.CUGAT |
| CL71650 | RODRIGUEZ SANCHEZ-MARIN, LAIA | 17/05/2005 | CA CANALETES |
| CL74049 | RODRIGUEZ VENDRELL, LAIA | 03/05/2005 | UNIÓ COLOMENCA |
| CL76592 | YUZBASHYAN , ZHANETTA | 22/04/2005 | AA PALAMOS |
| | RODRIGUEZ VENDRELL, LUCIA | | UNIO COLOMENCA |



El sector de salts del Comitè Tècnic de la Federació Catalana d'Atletisme organitza una concentració de salts horitzontals el proper dissabte dia 24 de novembre, a la que es convoca als següents atletes i els seus entrenadors personals. Així mateix els entrenadors interessats poden sol·licitar autorització per assistir-hi.

Les dades de la concentració són:

Dia: Dissabte 24 de novembre de 2018

Lloc: CAR Sant Cugat

Horari: 16.15 - 18.45 h.

Programa: 16.15-16.45 Aula Xerrada Iniciació de la força
17.15-18.45 Mòdul cobert Entrenament

* Exercicis de tècnica de cursa
* Salts amb cursa curta i mitja

Confirmació assistència: Límit dilluns 19 de novembre. david@fcatalletisme.cat AQUESTA DATA ÉS IMPRORRROGABLE

Nota important: Únicament podran accedir a les instal·lacions, els entrenadors i atletes que hagin confirmat assistència. No poden entrar ni cotxes ni acompanyants al CAR

Atletes convocats (CLUBS 2017/2018):

| | | | |
|---------|-------------------------------|------------|----------------------|
| CL71565 | ALSINA FERNANDEZ, ADRIA | 29/03/2005 | CA CANALETES |
| CL89463 | ARDERIU PEREZ, CARLOS | 10/06/2005 | MUNTANYENC S.CUGAT |
| CL70201 | CORDERO CAZORLA, POL | 01/04/2005 | UA RUBÍ |
| CT28620 | CORIS COBOS, DAVID | 24/02/2005 | CA SANT CELONI |
| CL74385 | FUCHS TAULERIA, ALEIX | 17/03/2005 | MUNTANYENC S.CUGAT |
| CL85581 | HERNANDEZ PEREZ, LOLA | 20/06/2005 | MUNTANYENC S.CUGAT |
| CT28607 | NIUBO NABAU, PAULA | 22/06/2005 | AA XAFATOLLS |
| CT27225 | PAGES MABOKA, LERATO | 14/04/2005 | DINAMI-K CA VILANOVA |
| CL71732 | PAREDES LARIO, RUBEN | 10/03/2005 | FACVAC VALLS |
| CL90282 | RAMOS NAVARRO, ORIOL | 20/04/2005 | CA GRANOLLERS |
| CL80955 | RODRIGUEZ FISCHER, MATHIOS | 20/02/2005 | MUNTANYENC S.CUGAT |
| CT28619 | RODRIGUEZ JUAN, PAULA | 20/07/2006 | CA SANT JUST |
| CL71650 | RODRIGUEZ SANCHEZ-MARIN, LAIA | 17/05/2005 | CA CANALETES |
| CL68875 | RUIZ ALVARO, GABRIELA | 17/02/2006 | CA TERRES DE L'EBRE |
| CL76592 | YUZHANSKY, ZHANETTA | 22/04/2005 | AA PALAMOS |



El sector de salts del Comitè Tècnic de la Federació Catalana d'Atletisme organitza una concentració de salt de llargada el proper dissabte dia 26 d'octubre, a la que es convoca als/les següents atletes i els/les seus/seves entrenadors/es personals. Així mateix els entrenadors interessats poden sol·licitar autorització per assistir-hi.

Les dades de la concentració són:

Dia: Dissabte 26 d'octubre de 2019
Lloc: CAR Sant Cugat
Horari: Grup 1- Masculí 16.00 - 17.30 h.
Grup 2-Femení 17.30 -19.00 h.

Lloc de trobada: Recepció del CAR

Activitat a realitzar: Exercicis de caiguda
Salts amb cursa curta, amb atenció a la fase d'entrada al salt.

Confirmació assistència: Límit dilluns 21 d'octubre david@fcathletisme.cat AQUESTA DATA ÉS IMPRORRROGABLE

Nota important: Únicament podran accedir a les instal·lacions, els entrenadors i atletes que hagin confirmat assistència. No poden entrar ni cotxes ni acompanyants al CAR

Atletes convocats/des:

Grup 1

| | | | |
|---------|----------------------------|------------|--------------------|
| CT28511 | ARBO BONEU, MAX | 24/02/2003 | LLEIDA UA |
| CT29597 | CASANOVA ESPAULELLA, PERE | 19/02/2004 | CA GRANOLLERS |
| CT28362 | DIAZ BASULLAS, JAN | 12/12/2004 | AVINENT MANRESA |
| CT29797 | ESTRAMPES MATEU, HAILU | 24/12/2006 | CA ASCÓ |
| CT28282 | FERRER MONCUSI, POL | 09/06/2003 | CORNELLÀ AT. |
| CL71732 | PAREDES LARIO, RUBEN | 10/03/2005 | FACVAC VALLS |
| CL80955 | RODRIGUEZ FISCHER, MATHIOS | 20/02/2005 | MUNTANYENC S.CUGAT |
| CT25969 | SALA MUÑOZ, MARC | 21/02/2003 | MUNTANYENC S.CUGAT |
| CL91025 | SANCHEZ GARCIA, RUBEN | 04/05/2006 | CA IGUALADA |
| CL75266 | SARR , BABOU | 18/02/2006 | AEA VENTALLO |
| CT28516 | SEGURA RETANA, NIL | 28/04/2004 | CA CANALETES |
| CT29628 | VEGA PALACIO, FRANCISCO | 01/09/2004 | UA BARBERÀ |
| CT26578 | VELASCO GONZALEZ, VICTOR | 11/01/2003 | MUNTANYENC S.CUGAT |

Grup 2

| | | | |
|---------|----------------------------------|------------|---------------------|
| CT26404 | ARAGO PORTILLO, MARTINA | 09/05/2003 | ISS - L'HOSPITALET |
| CT28486 | CLEMENTE MARTIN, IRENE | 05/03/2003 | CORNELLÀ AT. |
| CT28237 | DELGADO DE TORRES SALA, LAURA | 17/03/2004 | JA SABADELL |
| CT28409 | MARIMON FERNANDEZ, LAURINE ELISA | 17/09/2004 | CA TARRAGONA |
| CT25919 | MOLLEVI FERNANDEZ, CLAUDIA | 10/04/2003 | CA SANT CELONI |
| CT28224 | MUAKUKU EÑESO, IGAMBO | 27/09/2004 | CA NOU BARRIS |
| CT28607 | NIUBO NABAU, PAULA | 22/06/2005 | AA XAFATOLLS |
| CT28619 | RODRIGUEZ JUAN, PAULA | 20/07/2006 | CA SANT JUST |
| CT28991 | RODRIGUEZ VENDRELL, LAIA | 03/05/2005 | U COLOMENCA AT. |
| CL80959 | ROMEVA RIBA, ELDA | 23/03/2006 | MUNTANYENC S.CUGAT |
| CL68875 | RUIZ ALVARO, GABRIELA | 17/02/2006 | CA TERRES DE L'EBRE |
| CT27335 | VIDAL POY, MARIA | 20/05/2004 | UA MONTSIÀ |

ACTIVITATS TANQUES

El sector de tanques del Comitè Tècnic de la Federació Catalana d'Atletisme organitza una concentració el proper dissabte dia 17 de novembre, a la que es convoca als següents atletes i els seus entrenadors personals. Les dades de la concentració són:

Dia: Dissabte 17 de novembre de 2018

Lloc: CAR Sant Cugat

Horari: 10.30-13.30

Programa: 10.30 -12.00 Repeticions de 80 m.t. amb tanques altes i baixes (canviant de cama)
12.15- 13.30 Xerrada tècnica sobre quins passos s'haurien de fer en el 400 m.t. futur

Confirmació assistència: Límit dilluns 12 de novembre david@fcatalletisme.cat AQUESTA DATA ÉS IMPRORRROGABLE

Nota important: Únicament podran accedir a les instal·lacions, els entrenadors i atletes que hagin confirmat assistència. No poden entrar ni cotxes ni acompanyants al CAR

Atletes convocats (CLUBS 2017/2018):

| | | | |
|---------|----------------------------------|------------|----------------------|
| CT28485 | AGUILERA LARA, INES | 22/07/2004 | CA GAVÀ |
| CL78794 | ALEMANY BLASCO, JUDIT | 11/11/2004 | AEA VENTALLO |
| CL81144 | ARMAS MARLES, BRUNA | 20/07/2005 | DINAMI-K CA VILANOVA |
| CL72392 | BOURY CEBRIAN, OMAR | 04/01/2005 | CA GAVÀ |
| CT28493 | BRUSES CORTADA, JANA | 17/12/2004 | CA FIGUERES |
| CL70201 | CORDERO CAZORLA, POL | 01/04/2005 | UA RUBÍ |
| CT28668 | FERNANDEZ MARTINEZ, ENRIC | 02/03/2004 | UA TERRASSA |
| CL79709 | FERNANDEZ SOLER, MARC | 25/03/2005 | AEA VENTALLO |
| CL75268 | FRAMIS TERRAZAS, ADRIA | 05/06/2005 | AEA VENTALLO |
| CT28379 | GARCIA MARTINEZ, MARC | 24/02/2004 | UGE BADALONA |
| CT28514 | GOMEZ VERDUGO, ARNAU | 29/02/2004 | CA CANALETES |
| CL77456 | GONZALEZ CANO, IAN | 29/08/2005 | CA OLESA |
| CT28627 | HURTADO CAMPS, JANA | 10/07/2005 | CE UNIVERSITARI |
| CL81491 | LOPEZ BARRERA, LUCIA | 23/03/2005 | AA CATALUNYA |
| CT28409 | MARIMON FERNANDEZ, LAURINE ELISA | 17/09/2004 | CA TARRAGONA |
| CL89214 | MARTINEZ LACALLE, XAVIER | 03/10/2005 | CA CANALETES |
| CL71180 | MOIX FALIP, NURIA | 08/03/2005 | CA IGUALADA |
| CT25892 | MORENO GONZALEZ, RAQUEL | 16/07/2004 | CA SANT JUST |
| CL72185 | MORENO MORENO, IVAN | 16/04/2004 | CORNELLÀ AT. |
| CL78324 | PASTRANA YAGUE, MERITXELL | 09/02/2005 | CORNELLÀ AT. |
| CL90982 | PEREIRA CO, DANIEL | 21/12/2005 | CORNELLÀ AT. |
| CL71503 | PEREZ BRUQUE, DAVID | 01/03/2005 | AVINENT MANRESA |
| CL74130 | PEREZ RAMOS, MARINA | 01/06/2004 | UGE BADALONA |
| CT25893 | QUIROS GONZALEZ-PALACIO, ANGEL | 15/05/2004 | CA SANT JUST |
| CL82668 | REYES FERNANDEZ, PAULA | 29/05/2005 | AEA VENTALLO |
| CL73848 | RODRIGUEZ SANCHEZ, GERARD | 17/10/2004 | UA BARBERÀ |
| CT28667 | RUBIO BENITO, IVANA | 15/09/2005 | CA CANOVELLES |
| CL79114 | RUIZ REDONDO, LAIA | 08/01/2005 | ISS - L'HOSPITALET |
| CL86116 | SALA MORENO, PAU | 22/07/2005 | ISS - L'HOSPITALET |
| CL72201 | TUÑON NOVENSA, ANNA | 02/04/2004 | CORNELLÀ AT. |

CROS D'ELGOIBAR (13/01/2019)

| SUB16 MASC. | | |
|-------------|---------------------------|----------------------|
| LLIC. | ATLETA | CLUB |
| CL90641 | AIGUADE BERNAUS, PAU | AA XAFATOLLS |
| CT28517 | CLAVELL CLOTET, ANIOL | A OLOT-TERRA VOLCANS |
| CL92488 | FERNANDEZ HERNANDEZ, POL | CE CERDANYOLA |
| CT28502 | MOUNIM NAAMAN, ADAM | CA MOLLET |
| CL71081 | ROCA RIVERA, JAN BIEL | CA GRANOLLERS |
| CT25929 | ROCA ROSA, JOFRE | CE ESPORTS PARRA |
| CT28960 | RODRIGUEZ LIZONDO, VICTOR | CA VILADECANS |

| SUB18 MASC. | | |
|-------------|--------------------------|-----------------|
| LLIC. | ATLETA | CLUB |
| CT27061 | BADIA CELMA, JAN | CORNELLÀ AT. |
| CT26723 | BOURAS MOUSSAOUI, NADIR | CA MOLLET |
| CT26906 | DE LA TORRE BELANA, JOAN | JA MONTCADA |
| CT27234 | FERNANDEZ PERSONAT, MARC | AA CATALUNYA |
| CT27063 | FERNANDEZ SERRANO, MARC | AVINENT MANRESA |
| CT26580 | PARADAS FALCO, ISAAC | CA MOLLET |
| CT28433 | RIERA BLESA, MIQUI | AVINENT MANRESA |

| LLIC. | ATLETA | CLUB |
|---------|------------------------|-----------------|
| CT24516 | GAMISANS CLOTET, ADRIA | CA GRANOLLERS |
| CT24526 | MAIJO FRIJOLA, ADAM | AA CATALUNYA |
| CL26654 | NOGUERA SALMERON, PAU | AVINENT MANRESA |
| CT26002 | SAHEL , REDOUAN | LLEIDA UA |
| CT26241 | SALA SANCHEZ, ARNAU | LLEIDA UA |
| CT23590 | SALAS MOLINA, ALEX | CORNELLÀ AT. |
| CL24827 | VAZQUEZ ROS, DANIEL | CA CANALETES |

| SUB16 FEM. | | |
|------------|--------------------------|---------------|
| LLIC. | ATLETA | CLUB |
| CT28502 | ALTARRIBA SOLA, ABRIL | FC BARCELONA |
| CT28960 | BISBAL BELENGUER, CARLA | CA IGUALADA |
| CL74160 | CACERES PEREZ, BETH | CA VILADECANS |
| CL29471 | GABRIEL RODRIGUEZ, MEREM | JA SABADELL |
| CT25929 | HERNANDEZ VALOR, PAULA | CA CANOVELLES |
| CT28517 | ROBLEDA GRACIA, ERIKA | CA NOU BARRIS |
| CL70052 | VIDAL CASADESUS, BEMNET | CA NOU BARRIS |

| SUB18 FEM. | | |
|------------|----------------------------|--------------------|
| LLIC. | ATLETA | CLUB |
| CT28960 | ALEMANY ORO, AIDA | JA ARBECA |
| CT28502 | BONJORN GIROS, OXANA | JA ARBECA |
| CT25927 | DE LA PIEDRA SITJAS, JULIA | FC BARCELONA |
| CT28517 | DE SOUSA BRITO, SOFIA | MUNTANYENC S.CUGAT |
| CT26580 | DOMINGUEZ TORNER, CARLA | JA SABADELL |
| CL92812 | MANZANO JIMENO, BETHLEHEM | AVINENT MANRESA |
| CT27278 | MORAGAS MOLINA, HELENA | CA SANT JUST |

| SUB20 FEM. | | |
|------------|-----------------------------|--------------------|
| LLIC. | ATLETA | CLUB |
| CL85183 | BERNAL CASTELLO, ANDREA | CORNELLÀ AT. |
| CT28692 | BOTA BARBARA, NURIA | MUNTANYENC S.CUGAT |
| CL78324 | CARNER RODRIGUEZ, MARIA | CA MOLLET |
| CL74160 | FREIXA VALLS, MARINA | CA ASCÓ |
| CT25929 | KAJTIH KAJTIH, INAS | CA LAIETANIA |
| CT28517 | RAIMUNDO BARBERO, MERITXELL | JA SABADELL |
| CT28960 | RODES BACHS, CARLOTA | CA CANALETES |
| CT28502 | SURIA ASENSIO, MARINA | CA IGUALADA |

Confirmació d'inscripció

La data límit de confirmació de participació és dilluns 7 de gener a les 18.00 hores, mitjançant mail a david@fcatalletisme.cat

En el moment de la participació s'haurà de confirmar també:

Els atletes que vulguin incorporar-se a l'autocar en les àrees d'autopista de Penedès, Montblanc o Lleida.

Els esportistes que disposen de material de competició (samarreta i pantaló) de la FCA, lliurat aquesta temporada o la passada, hauran de portar-lo. Els/Les que no tinguin aquest material, hauran de facilitar la seva talla per e-mail david@fcatalletisme.cat en el moment de la confirmació de participació.

Així mateix, aquells atletes que necessitin atenció especial en el tema alimentari (celíacs, intoleràncies alimentàries, motius religiosos,...)

Dades de l'expedició (*):

Sortida: Dissabte 12 de gener

Girona: 7.00 h. Plaça Poeta Marquina (davant Bar Núria)
Barcelona: 8.30 h. Ronda Sant Pere cantonada carrer Bruc

Els atletes que vulguin incorporar-se a l'autocar en les àrees d'autopista de Penedès, Montblanc o Lleida, l'han de comunicar en el moment de la confirmació de participació.

Competició: Diumenge 13 de gener en jornada de matí.

10,20 h. SUB16 FEMENÍ
10,35 SUB16 MASCULÍ
10,55 SUB18 FEMENÍ
11,15 SUB18 MASCULÍ
11,40 SUB20 FEMENÍ
12,05 SUB20 MASCULÍ

Tornada: Sortida des d'Elgoibar després de la competició.

(*) Obligatorietat de desplaçament d'anada i de tornada amb l'expedició catalana.

Autorització paterna: Tots/totes els atletes menors d'edat participants en aquesta competició obligatòriament hauran de lliurar als responsables de l'expedició en el moment de la sortida, l'autorització adjunta degudament omplerta.

Allotjament:

Albergue Juan Sebastian Elkano Higer bidea, z/g
Hondarribia Tel.: 943 415164

Material esportiu :

Aquells esportistes que disposen de material de competició (samarreta i pantaló) de la FCA, lliurat aquesta temporada o la passada, hauran de portar-lo. Els/Les que no tinguin aquest material, hauran de facilitar la seva talla per e-mail david@fcatalletisme.cat en el moment de la confirmació de parti



FEDERACIÓ CATALANA
d'ATLETISME