



BIENVENIDOS AL CLUB DE ATLETISMO SUANZES

EL CLUB DE ATLETISMO SUANZES DE SAN BLAS, es un Club con 59 años de historia, inscrito en el Registro de Sociedades Deportivas de la FEDERACION DE ATLETISMO DE MADRID y de la REAL FEDERACION ESPAÑOLA DE ATLETISMO. Declarado de “*utilidad pública*” y cuyo objetivo principal es la “**FORMACION INTEGRAL de NIÑOS y ADOLESCENTES**” desarrollando la práctica del atletismo y fomentando la “*vida sana*”, manteniendo la “filosofía de sus fundadores desde sus inicios” y anteponiendo este objetivo a cualquier otro incluido el “meramente competitivo”.

CATEGORIAS (TEMPORADA 2018/2019)

Escuela

- PREBENJAMINES (SUB 6): Nacidos en **2014 y posteriores** (Sin ficha Federativa solo “Seguro FAM”)
- MINIBENJAMINES (SUB 8): Nacidos en **2012 y 2013**
- BENJAMINES (SUB 10): Nacidos en los años **2010 y 2011**
- ALEVINES (SUB 12): Nacidos en los años **2008 y 2009**
- INFANTILES (SUB 14): Nacidos en los años **2006 y 2007**
- CADETES (SUB 16): Nacidos en los años **2004 y 2005**
- JUVENILES (SUB 18): Nacidos en los años **2002 y 2003**

Mayores

- JUNIOR (SUB 20): Nacidos en los años **2000 y 2001**
- PROMESAS (SUB 23): Nacidos en los años **1997, 1998 y 1999**
- SENIOR (SUB 35) : Nacidos en **1996 y hasta 1985**
- MASTER: Nacidos en **1984 y anteriores** (Desde el día que se cumplen los 35 años)

HORARIO DE ENTRENAMIENTOS ESCUELAS DE INICIACION Y PERFECCIONAMIENTO

- **PREBENJAMINES, MINIBENJAMINES, BENJAMINES Y ALEVINES: MARTES y JUEVES de 17:30 a 18:30** Los ALEVINES podrán hacer LANZAMIENTOS(*) siempre con la indicación del entrenador responsable los MIERCOLES (*) a las 17:30.
- **INFANTILES: MARTES y JUEVES de 18:15 a 19:15. LUNES 18:30 a 20:00 especialidades.**
Lanzamientos (*) Opcional y siempre con la indicación del entrenador responsable: MIERCOLES (*)
- **CADETES: MARTES y JUEVES de 19:00 a 20:00. LUNES:18:30 a 20:00 especialidades.**
Lanzamientos (*) Opcional y siempre con la indicación del entrenador responsable: MIERCOLES (*).
- **JUVENILES: MARTES Y JUEVES : 18:00 A 19:30. Especialidades: Velocistas, LUNES: 18:00 a 19:30. Fondistas, VIERNES: 19:00 A 20:00. Lanzamientos: Miercoles**
- **JUNIOR Y PROMESAS, SENIOR: LUNES, MARTES, MIERCOLES Y JUEVES : de 19:00 a 21:15**
- **SENIOR Y MASTER “FONDO”: MARTES y JUEVES de 19:35 a 21:00** (Entrenamiento dirigido), **SABADO o DOMINGOS PRETEMPORADA de 10 a 12** (Entrenamiento dirigido)

(*) **LANZAMIENTOS: GRUPO INICIACION: 17:30 A 18:30. AVANZADO: 18:30 A 19:30**





ENTRENADORES RESPONSABLES

- ✓ PRE-MINIBENJAMINES(SUB 6 Y SUB 8)-:**CELIA BUDIA** (ENTRENADORA NACIONAL ATLETISMO)
- ✓ BENJAMINES (SUB 10): **DIEGO SOLDEVILA** (ENTRENADOR NACIONAL)
- ✓ ALEVINES (SUB 12): **IONICA BORCAN** (ENTRENADORA DE CLUB NIVEL II) y **RODRIGO MARTIN** (ENTRENADOR NACIONAL)
- ✓ INFANTILES (SUB 14): **SILVIA RODRIGUEZ MORALES** (ENTRENADORA NACIONAL DE ATLETISMO, NIVEL III) **CARLOS HERNANDO HERRERO** (MONITOR NACIONAL, NIVEL I) y **MARTA MARTINEZ** (MONITORA NACIONAL, NIVEL I)
- ✓ CADETES (SUB 16): **SILVIA RODRIGUEZ MORALES** (ENTRENADORA NACIONAL DE ATLETISMO, NIVEL III) **CARLOS HERNANDO HERRERO** (MONITOR NACIONAL, NIVEL I) y **MARTA MARTINEZ** (MONITORA NACIONAL, NIVEL I)
- ✓ JUVENILES (SUB 18), JUNIOR (SUB 20) y PROMESAS (SUB 23): **LUIS ALFONSO FERNANDEZ PUERTA** (ENTRENADOR NACIONAL DE ATLETISMO, NIVEL III) e **ISIDRO RODRIGUEZ MARTIN**: (TECNICO DEPORTIVO SUPERIOR, ENTRENADOR NACIONAL DE ATLETISMO NIVEL III)
- ✓ SENIOR Y MASTER: **ISIDRO RODRIGUEZ MARTIN**

ENTRENADORES ESPECIALISTAS:

- ✓ **LANZAMIENTOS**
MIGUEL LAZARO (ENTRENADOR DE CLUB NIVEL II): (MIERCOLES): 17:30 A 18:30 NIVEL AVANZADO, 18:30 A 20:30: NIVEL INICIACION

EQUIPACION OFICIAL

Se debe utilizar la “EQUIPACION OFICIAL” del Club (**pantalón o malla negra y camiseta de tirantes roja y negra o Top**) en todas las competiciones en las que se participe. La equipación oficial se recoge al formalizar la primera inscripción al Club (cuando se presentan las dos fichas obligatorias y el recibo de pago de cuota estipulada) en el horario indicado.

COMPETICIONES

Es muy importante asistir a las pruebas en las que el Club requiera la participación de los atletas que serán, principalmente, los **CAMPEONATOS INDIVIDUALES POR CATEGORÍAS y LOS CAMPEONATOS POR CLUBES DE TODAS LAS CATEGORIAS** en las que el CLUB presente EQUIPO – **CROSS, PISTA Y ASFALTO-**. (El Club publicará con la debida antelación en la página WEB, la “*selección de los atletas para las pruebas de Club*” y será **imprescindible su participación**, para poder recibir del Club la asignación de “*ayuda a CAMPEONATOS DE ESPAÑA INDIVIDUALES*” que el Club tenga estipulada en cada temporada. Se consideran “también *obligatorias*” aquellas competiciones oficiales que el Club organiza:

- ❖ **MILLA DE SUANZES** (21 SEPTIEMBRE)
- ❖ **CROSS DE SUANZES** (PRIMER DOMINGO NOVIEMBRE 4/11/2018)
- ❖ **TROFEO DE FONDO “MEMORIAL DANIEL GUZMAN”** (MARZO 16/03/2019)
- ❖ **PRUEBAS DE PROMOCION DEL ATLETISMO PARA MENORES** (sábados de Noviembre a Marzo).

COMO INSCRIBIRSEA LAS COMPETICIONES INDIVIDUALES

Para la **INSCRIPCION** a todos los **CONTROLES y COMPETICIONES INDIVIDUALES OFICIALES DE LA FEDERACION**, (el club tratará de publicar en la WEB o los entrenadores aconsejarán durante los entrenamientos), y que los atletas deberán consultar en la página de la FAM, debe enviarse un **CORREO ELECTRÓNICO**, con los datos del atleta (**nº de licencia, fecha de nacimiento, mejor marca señalando lugar y fecha de consecución**) indicando **en qué prueba se desea participar**, dentro del plazo fijado para cada una (suele ser hasta el lunes anterior cuando la competición es en fin de semana), a las personas responsables de inscripciones (*las encontraréis en la WEB*) que a continuación se relacionan (siempre recibiréis confirmación del responsable de haber recibido el correo por lo que si no la recibís debéis insistir para asegurarnos de que vuestro correo ha sido leído antes de que finalice el plazo de inscripción):





- ✓ BENJAMINES, ALEVINES, INFANTILES Y CADETES(2013 A 2004): SILVIA RODRIGUEZ : silvia_atletismo@hotmail.com
- ✓ Desde JUVENILES A PROMESAS (2003 A 1997): LUIS ALFONSO FERNANDEZ: luis.fpuerta@hotmail.com
- ✓ SENIOR Y MASTER (1996 y anteriores): RAFAEL MARIA IGUAL: rigual@iberdrola.es

COMO INSCRIBIRSE AL CLUB

Para pertenecer al CLUB DE ATLETISMO SUANZES es necesario formalizar dos fichas (con foto) que se recogerán y entregarán en la Oficina del Club (Martes o Jueves en horario estipulado) a la que se adjuntará “**certificado Médico simple**” o **Prueba de Esfuerzo, después de haber CUMPLIMENTADO OBLIGATORIAMENTE LA FICHA “ON LINE” que podéis encontrar en la WEB del CLUB** (El Club facilitara la realización de los certificados o prueba de esfuerzo a los interesados en la propia instalación en fecha a determinar durante el mes de Noviembre mediante una Unidad Móvil))

- **FICHA DE DATOS PARA EL CLUB, obligatoria para todos/as** de cualquier categoría (**formalizada y firmada** por el Atleta y en el caso de los menores de edad por el padre, madre o tutor) acompañada de **foto y pago cuota club**. Esta ficha es obligatoria y se complementa con la FICHA “ON LINE” que debe cumplimentarse en la WEB como primer requisito para ser admitido como nuevo o renovado cada temporada.
- **FICHA DE DATOS PARA FEDERACION (TERRITORIAL O NACIONAL), obligatoria** a partir de los nacidos en **2012 (inclusive)** y anteriores **firmada por el atleta**, en el caso de los menores también por el **padre, madre o tutor**, acompañada de **fotografía y pago de cuota federativa que corresponda**.

