
PROYECTO DEPORTIVO ESCUELA MUNICIPAL CLUB TRIATLÓN ALBACETE RES



CLUB TRIATLÓN ALBACETE RES

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN.....	2
2. JUSTIFICACIÓN.	3
2.1. EL DEPORTE COMO MEDIO PARA EL DESARROLLO DE LA FUNCIÓN EJECUTIVA EN LA INFANCIA.	4
2.2. LA ALFABETIZACIÓN FÍSICA COMO OBJETIVO EDUCATIVO PRIORITARIO... 5	
2.3. EDUCACIÓN EN VALORES Y CULTURA DEL ESFUERZO COMO BASE DEL DESARROLLO PERSONAL.	6
2.4. EL DEPORTE COMO ALTERNATIVA A LOS ENTORNOS HIPERESTIMULADOS: NATURALEZA, CONVIVENCIA E IGUALDAD DE OPORTUNIDADES.	7
2.5. LA AUTONOMÍA PERSONAL COMO META FORMATIVA EN LA ETAPA ESCOLAR.	8
2.6. RELACIÓN FAMILIA-ESCUELA DEPORTIVA: UNA ALIANZA FORMATIVA IMPRESCINDIBLE.....	9
2.7. IDENTIDAD DEPORTIVA Y PERTENENCIA: EL VALOR DE SENTIR QUE FORMAS PARTE DE ALGO.....	11
3. OBJETIVOS.	12
4. ESTRUCTURACIÓN Y TEMPORALIZACIÓN DE LOS GRUPOS G1, G2 Y G3. ...	14
5. ORGANIGRAMA DEL CLUB Y ESTRUCTURA TÉCNICA DE LA ESCUELA.....	18
6. MATERIAL DEPORTIVO ORIENTATIVO POR GRUPO/CATEGORÍA:	22
7. PROPUESTAS DEPORTIVAS PARA DESARROLLAR DURANTE LA TEMPORADA 2025/2026:	28

1. INTRODUCCIÓN

El Proyecto Deportivo de la Escuela Municipal del Club Triatlón Albacete RES para la temporada 2025/2026 se presenta como una propuesta deportiva, educativa, formativa y socialmente responsable, concebida desde una perspectiva actualizada, basada en evidencias pedagógicas y científicas en el mundo de la actividad física y el deporte, adaptada a las necesidades evolutivas de los niños y adolescentes. Nuestra Escuela no busca la excelencia competitiva ni el alto rendimiento precoz, sino fomentar una práctica deportiva educativa, inclusiva, segura y emocionalmente enriquecedora.

En la actualidad, existe un consenso creciente sobre la importancia de los programas deportivos escolares como espacios de desarrollo integral. Lejos de promover modelos competitivos excluyentes, las escuelas deportivas deben centrarse en el acompañamiento de procesos, en el respeto a los ritmos individuales y en la creación de un clima emocionalmente seguro donde el juego y la actividad física sean herramientas de aprendizaje vital. En este sentido, el Club Triatlón Albacete RES articula su propuesta formativa sobre los pilares del esfuerzo, el respeto, la superación personal, la cooperación y el bienestar.

El triatlón, como deporte combinado que integra natación, ciclismo y carrera a pie, se configura como una herramienta óptima para el desarrollo integral. Los deportes multisistema favorecen la mejora de habilidades motrices, la adherencia a la práctica física y el desarrollo emocional equilibrado. A través de esta disciplina diversa y estimulante, niños y adolescentes experimentan el deporte como un espacio de expresión, pertenencia y crecimiento.

Nuestro enfoque parte de una metodología centrada en el deportista, basada en el aprendizaje significativo, la cooperación, la diversidad de experiencias y el acompañamiento individualizado. La planificación de entrenamientos se adapta a las edades y etapas de desarrollo, priorizando la salud, el disfrute, la socialización y la educación en valores por encima de cualquier resultado.

Desde el Club Triatlón Albacete RES, con el respaldo del Instituto Municipal de Deportes del Ayuntamiento de Albacete (IMDA), renovamos nuestro

compromiso por una formación integral que contribuya a la construcción de personas activas, críticas y comprometidas, dentro y fuera del ámbito deportivo. Confiamos en que este proyecto siga consolidándose como un referente de calidad deportiva, pedagógica y humana en el contexto del deporte escolar de nuestra ciudad.

2. JUSTIFICACIÓN.

La Escuela Municipal del Club Triatlón Albacete RES entiende el deporte en edad escolar como una herramienta de desarrollo personal, físico, social y emocional. En un contexto donde la práctica deportiva se encuentra cada vez más influida por modelos de rendimiento temprano, especialización precoz y presión competitiva, resulta imprescindible construir entornos formativos donde el foco no esté en el resultado, sino en el proceso y el crecimiento integral del deportista.

El triatlón, como disciplina compuesta por tres modalidades (natación, ciclismo y carrera), constituye un entorno idóneo para desarrollar un perfil motriz amplio, fomentar la creatividad, mejorar la condición física general y consolidar hábitos saludables. Está demostrado que la participación temprana en deportes variados mejora la competencia motora, favorece una mayor adherencia a la práctica física en la adolescencia y disminuye el riesgo de lesiones por sobreuso.

Nuestro modelo promueve la multilateralidad frente a la especialización temprana, evitando el estrés derivado de entrenamientos hiperexigentes o pruebas de selección que son factores que se asocian con mayores tasas de abandono deportivo y problemas emocionales en la infancia. En la Escuela de Triatlón del Club Triatlón Albacete no hay deportistas titulares ni suplentes, todos participan, aprenden, disfrutan y progresan desde su realidad personal.

Además, el proyecto busca generar un sentido de pertenencia, cuidado mutuo y convivencia, articulando el triatlón como un canal para trabajar la gestión emocional, la resiliencia, el respeto al otro y la conciencia del cuerpo. La práctica regular de actividad física se relaciona con mejoras significativas en el estado de

ánimo, la autoestima, la función cognitiva y el rendimiento académico, tal como han evidenciado investigaciones recientes en educación y psicología del deporte.

Por tanto, la justificación de este proyecto no se limita a una elección deportiva, sino que responde a una visión educativa del movimiento como experiencia transformadora. Nuestra escuela es un espacio donde cada entrenamiento se convierte en una oportunidad para crecer, donde cada juego es una excusa para aprender a convivir, y donde el deporte es la vía para formar personas activas, críticas y emocionalmente equilibradas en una sociedad en constante cambio.

2.1. EL DEPORTE COMO MEDIO PARA EL DESARROLLO DE LA FUNCIÓN EJECUTIVA EN LA INFANCIA.

Las funciones ejecutivas, entendidas como los procesos mentales responsables de planificar, controlar y regular la conducta, son esenciales para el aprendizaje, la autorregulación emocional y la adaptación al entorno. En el plano teórico-práctico, las últimas evidencias en investigaciones educativas han demostrado que el ejercicio físico regular, especialmente cuando incluye toma de decisiones, trabajo cooperativo y resolución de problemas, tiene un impacto directo y positivo en el desarrollo de estas capacidades.

El triatlón, en tanto que se trata de una disciplina multicomponente, exige al joven deportista gestionar sus recursos físicos y mentales en entornos cambiantes: pasar de un medio acuático a la bicicleta, y de ahí a la carrera, implica planificar acciones, mantener la atención, cambiar de estrategia y controlar las emociones que surgen ante el esfuerzo. Todo ello, además, pudiendo utilizar diferentes variables pudiéndose aplicar en contextos lúdicos o competitivos que favorecen el compromiso sin presión externa. En consecuencia, el triatlón no solo desarrolla cualidades físicas, sino que actúa como una excelente plataforma para estimular procesos cognitivos superiores.

Incluir este tipo de estímulos en la infancia y adolescencia tiene un valor formativo incalculable. Mejora la autorregulación emocional, refuerza la tolerancia a la frustración, potencia el pensamiento estratégico y fortalece la memoria de

trabajo, habilidades todas ellas esenciales tanto para el éxito académico como para el equilibrio emocional.

Nuestra escuela, por tanto, no solo forma deportistas, sino también personas más preparadas para enfrentar la vida cotidiana. La metodología empleada (centrada en muchas ocasiones en tareas abiertas, retos colaborativos y autonomía progresiva en función de la edad y las características de los deportistas) responde a este objetivo, asegurando que cada triatleta, independientemente de su nivel, experimente mejoras en su capacidad para decidir, reflexionar, planificar y actuar de forma consciente. Esto posiciona al triatlón como un recurso pedagógico alineado con los principios de la neuroeducación actual.

2.2. LA ALFABETIZACIÓN FÍSICA COMO OBJETIVO EDUCATIVO PRIORITARIO.

En los últimos años, el concepto de alfabetización física ha cobrado gran relevancia en el ámbito de la educación física y el deporte escolar. Este concepto, cuya definición defiende que toda persona, desde la infancia, debe desarrollar no solo habilidades motrices, sino también la motivación, la confianza, el conocimiento y la comprensión necesarios para participar con competencia y disfrute en una amplia gama de actividades físicas a lo largo de la vida.

A diferencia del enfoque tradicional centrado en el rendimiento o la técnica específica, la alfabetización física promueve una relación positiva y consciente con el propio cuerpo, la salud y el entorno. Implica desarrollar el sentido de autoeficacia, la toma de decisiones saludables, la autonomía motriz y el deseo de mantenerse activo como parte de una vida plena.

En este contexto, el triatlón emerge como un medio extraordinario para favorecer esta alfabetización. Al combinar tres disciplinas diversas, el joven deportista amplía su repertorio motor, mejora su adaptabilidad y se expone a experiencias físicas en diferentes medios: acuático, terrestre y de transición. Esta riqueza vivencial le permite reconocerse como sujeto competente en múltiples

contextos, lo cual refuerza su motivación intrínseca y su autoimagen corporal positiva.

La Escuela de Triatlón del Club Triatlón Albacete incorpora este enfoque en su modelo formativo: desde edades tempranas, los contenidos se orientan no solo al aprendizaje técnico, sino a generar una vivencia satisfactoria del movimiento. Se busca que cada deportista descubra sus capacidades, acepte sus ritmos, valore su esfuerzo y disfrute de estar activo, sin comparaciones ni presiones externas.

Asimismo, se promueve el conocimiento de conceptos relacionados con la salud, la prevención de lesiones, la higiene postural y la toma de decisiones en torno al ejercicio físico. De este modo, el triatlón se convierte en una herramienta educativa integral, que contribuye a formar ciudadanos activos, críticos y comprometidos con su bienestar físico y emocional a lo largo de su vida.

2.3. EDUCACIÓN EN VALORES Y CULTURA DEL ESFUERZO COMO BASE DEL DESARROLLO PERSONAL.

Uno de los pilares fundamentales de cualquier proyecto deportivo educativo debe ser la formación en valores. En un contexto social donde el individualismo, la inmediatez y la cultura del resultado tienden a ganar terreno, el deporte escolar debe erigirse como un espacio donde se construya el sentido del esfuerzo, el respeto mutuo, la perseverancia, la humildad y la cooperación. Estos valores, si bien pueden enseñarse en otros contextos, se viven de forma directa e intensa en aquellas situaciones propias del deporte, en el entrenamiento compartido o en la superación de una prueba.

En la Escuela Municipal del Club Triatlón Albacete, la educación en valores se integra de forma transversal en todas las actividades. El respeto a los compañeros, al material, a los entrenadores y al propio cuerpo es una constante. Las normas de convivencia, la importancia de los saludos, el acompañamiento a los compañeros en situaciones de dificultad o la gestión del error como oportunidad de mejora son hábitos promovidos desde los primeros días.

El triatlón, con sus múltiples desafíos se convierte en una herramienta pedagógica para desarrollar la resiliencia. Cada sesión de entrenamiento se diseña como un espacio donde se aprenden no solo gestos técnicos, sino también actitudes: cómo afrontar un mal día, cómo animar a otro, cómo valorar el esfuerzo más allá del resultado, etc.

Además, la evaluación se orienta al proceso, no al rendimiento: se valora la actitud, el compromiso, el respeto, la puntualidad, la cooperación. Esta orientación refuerza la autoestima de los deportistas y les ayuda a identificar qué depende de ellos, sin caer en la comparación constante con los demás.

El desarrollo personal, entendido como la capacidad de asumir retos con esfuerzo y responsabilidad, es uno de los grandes logros del deporte bien entendido. En nuestra escuela, cada deportista es valorado como persona en evolución, y el triatlón es el medio que utilizamos para cultivar esas cualidades humanas que perduran más allá de la pista, la carretera o la piscina.

2.4. EL DEPORTE COMO ALTERNATIVA A LOS ENTORNOS HIPERESTIMULADOS: NATURALEZA, CONVIVENCIA E IGUALDAD DE OPORTUNIDADES.

Vivimos en una era en la que el sedentarismo digital, el exceso de estímulos audiovisuales y la desconexión con el entorno natural se han convertido en retos sociales, especialmente en la infancia y adolescencia. Muchos jóvenes pasan horas frente a pantallas, con escasa exposición al movimiento libre, a la interacción social real o al contacto con la naturaleza. Ante esta realidad, el deporte se presenta como una valiosa alternativa educativa y social.

Nuestra escuela apuesta por un modelo de formación donde la actividad física se desarrolla en espacios abiertos, sin estímulos digitales, en contacto con el aire libre, los caminos de tierra, el agua o el entorno urbano no contaminado por pantallas. Este contexto promueve la atención plena, el respeto al entorno y el reencuentro con el propio cuerpo como canal de vivencia, juego y desafío.

Además, esta forma de entrenar y convivir en entornos alternativos favorece una experiencia más auténtica del deporte, sin filtros ni artificios. No se necesita tecnología sofisticada para disfrutar de una buena sesión de carrera, un circuito en bicicleta o una práctica de natación en la piscina o aguas abiertas. Esta simplicidad, lejos de restar valor, enriquece la vivencia y fortalece los vínculos entre los compañeros.

Este enfoque también refuerza la igualdad de oportunidades. Entrenar al aire libre, con materiales accesibles, sin diferencias de trato ni separación por género, permite que todos los niños y niñas puedan participar en igualdad de condiciones. La cooperación se convierte en una necesidad, y la equidad, en un hecho natural. En este entorno compartido, los estereotipos pierden fuerza y las capacidades individuales ganan protagonismo.

En un mundo cada vez más virtual y fragmentado, nuestra propuesta es recuperar la esencia del deporte, el movimiento auténtico y la relación directa entre las personas. El triatlón se convierte así no solo en una actividad física, sino en una experiencia educativa, social y emocional que permite a nuestros deportistas desarrollarse de forma integral en un entorno sano, estimulante y humano.

2.5. LA AUTONOMÍA PERSONAL COMO META FORMATIVA EN LA ETAPA ESCOLAR.

Desarrollar la autonomía en niños y adolescentes es una de las grandes responsabilidades de todo entorno deportivo, en el que además hay un gran componente educativo. En la etapa escolar, la adquisición progresiva de hábitos de autorregulación, toma de decisiones, organización personal y responsabilidad representa una de las bases sobre las que se construye la madurez futura. En este sentido, nuestro deporte, ofrece un contexto idóneo para fomentar esa autonomía de forma natural, motivante y significativa a medida que nuestros deportistas van creciendo.

El triatlón exige al deportista una planificación constante: elegir el material adecuado, gestionar su ritmo, trabajar las transiciones entre disciplinas, reconocer cuándo descansar, respetar los horarios o colaborar con el grupo. Estas acciones

cotidianas, lejos de ser meros detalles logísticos, son oportunidades pedagógicas para cultivar la autonomía personal.

En nuestra escuela, los entrenamientos están diseñados para fomentar la iniciativa del deportista: preparar su mochila, llegar con antelación, anticipar las necesidades del día, compartir tareas comunes, elegir estrategias de afrontamiento, reflexionar sobre su progreso. Desde los grupos más jóvenes se promueve una cultura donde el entrenador guía, pero no lo hace todo; acompaña, pero no sustituye; orienta, pero también escucha.

Este modelo donde el deporte se convierte en un vehículo para formar ciudadanos responsables, críticos y autosuficientes ofrece la oportunidad de tomar pequeñas decisiones cada día, fortaleces su autoconfianza, su criterio y su sentido de pertenencia, al considerar al Club como una parte importante de su vida.

Además, esta autonomía también se traduce en mayor seguridad emocional. Los niños que aprenden a resolver problemas, a organizarse y a autorregularse desarrollan un sentimiento de competencia emocional que impacta positivamente en su autoestima y en su motivación por seguir aprendiendo y mejorando.

Por ello, nuestra Escuela no busca solo enseñar triatlón, sino ayudar a cada joven a descubrir sus capacidades, asumir responsabilidades y crecer como persona en un entorno de confianza. El objetivo no es solo formar buenos deportistas, sino personas autónomas, preparadas para enfrentarse con iniciativa y equilibrio a los retos de su vida diaria.

2.6. RELACIÓN FAMILIA-ESCUELA DEPORTIVA: UNA ALIANZA FORMATIVA IMPRESCINDIBLE.

Uno de los elementos clave para el éxito deportivo de cualquier proyecto deportivo en edades escolares es la implicación de las familias. En la Escuela Municipal del Club Triatlón Albacete RES entendemos que las madres y padres no son agentes externos, sino parte activa del proceso formativo. Lejos de limitar su

papel al acompañamiento logístico, buscamos consolidar una alianza educativa basada en la confianza, la comunicación y el respeto mutuo.

Diversos estudios en psicología del deporte han evidenciado que una implicación familiar positiva, caracterizada por el apoyo emocional, el refuerzo de la autonomía y la ausencia de presión por el resultado, tiene efectos muy beneficiosos sobre la motivación, la autoestima y la continuidad deportiva de los jóvenes. En cambio, modelos de crianza centrados en la exigencia de rendimiento o en la comparación competitiva pueden generar ansiedad, frustración o abandono precoz del deporte.

Por ello, en nuestra escuela se promueve un entorno donde las familias se sientan acogidas, valoradas y bien informadas. Se cuida la comunicación desde el primer contacto, se ofrecen orientaciones pedagógicas sobre cómo acompañar a sus hijos e hijas, y se facilita la participación en actividades puntuales, como jornadas de convivencia o retos familiares. Además, se habilitan canales para resolver dudas o preocupaciones con cercanía y transparencia.

Esta relación cercana con las familias permite también adaptar mejor el acompañamiento a las realidades individuales de cada niño. Se conocen mejor sus fortalezas, sus miedos, su contexto emocional o sus ritmos personales. Esto convierte al equipo técnico en un mediador educodeportivo, y no solo en un transmisor de decisiones en su mayoría polémicas.

Desde la dirección técnica se promueve el no solo entrenar cuerpos, sino que detrás de cada deportista hay una persona. Y, para ello, es esencial trabajar en sintonía con quienes más conocen y quieren a cada deportista: su familia. Solo desde esta cooperación activa es posible construir una experiencia deportiva coherente, formativa y duradera, que deje huella más allá del rendimiento y que contribuya al bienestar presente y futuro de cada persona.

2.7. IDENTIDAD DEPORTIVA Y PERTENENCIA: EL VALOR DE SENTIR QUE FORMAS PARTE DE ALGO.

El sentido de pertenencia es uno de los factores más poderosos para garantizar la continuidad y el compromiso de los jóvenes en la práctica deportiva. Más allá de la disciplina que se practique, los deportistas necesitan sentir que forman parte de un grupo, que son valorados, que tienen un lugar propio y que comparten una historia, unos colores y una identidad con otros. Este sentimiento de pertenencia está fuertemente relacionado con la motivación intrínseca, el bienestar emocional y la autoestima.

En la Escuela Municipal del Club Triatlón Albacete RES trabajamos de forma intencionada esta dimensión colectiva. Nuestro objetivo no es solo que cada deportista se sienta competente, sino también incluido y vinculado. Se promueve un ambiente de compañerismo, colaboración y reconocimiento mutuo desde el primer día. Se cuidan los rituales de grupo (saludos, charlas conjuntas, despedidas), se celebra el progreso de cada uno y se fomentan dinámicas donde los mayores ayudan a los más pequeños, transmitiendo cultura de club y valores comunes.

La identidad también se construye desde lo simbólico: llevar el mismo uniforme, compartir el nombre del club, participar en eventos o convivencias donde se refuerzan los lazos afectivos. Estos elementos, aunque puedan parecer accesorios, tienen un fuerte impacto emocional y motivacional. El joven deportista no siente que “viene a entrenar”, sino que “forma parte de algo”.

Asimismo, se generan espacios donde se cuentan historias del club, se recuerda la trayectoria de antiguos miembros o se comparte la evolución de compañeros que han pasado por diferentes etapas. Esto da sentido de continuidad, de legado y de pertenencia a una comunidad que no se limita al momento presente, sino que se proyecta en el tiempo.

En un mundo donde muchos jóvenes experimentan aislamiento o exceso de individualismo, el deporte puede ser una vía para sentirse parte de algo más

grande, sin exigencias de perfección, pero con espacio para crecer junto a otros. En nuestra Escuela, ese “algo más grande” se llama Club Triatlón Albacete.

3. OBJETIVOS.

Los objetivos generales para esta temporada se mantienen alineados con nuestra filosofía, reforzando nuevas líneas de acción derivadas de la experiencia previa y los avances en pedagogía deportiva. Los articulamos en torno a un enfoque deportivo centrado en el desarrollo integral del niño pequeño que comienza con 5 años hasta el adolescente que está a punto de entrar en una vida adulta.

Entendemos el deporte como una herramienta educativa que trasciende la mejora del rendimiento físico, permitiendo cultivar valores, adquirir hábitos saludables, desarrollar la autonomía y fortalecer la dimensión emocional y social de cada participante.

En este sentido, los objetivos del proyecto no se orientan hacia la obtención de resultados deportivos, sino hacia la construcción de una experiencia de aprendizaje positiva, significativa y duradera. Las metas que se detallan a continuación responden a una visión a largo plazo, que busca formar personas activas, responsables, cooperativas y comprometidas con su bienestar físico, mental y social.

Objetivos Generales

- ☺ Fomentar el desarrollo integral de niños y adolescentes a través del triatlón, promoviendo el bienestar físico, emocional, social y cognitivo en un entorno educativo, seguro y motivador.
- ☺ Potenciar hábitos de vida activos, saludables y sostenibles, integrando la actividad física regular en la vida diaria y conectando con entornos naturales como espacios de aprendizaje.
- ☺ Desarrollar valores fundamentales como el esfuerzo, la cooperación, la igualdad, el respeto, la humildad y la superación personal mediante la práctica deportiva regular.

- ☺ Construir un sentido de pertenencia e identidad colectiva, fortaleciendo los vínculos entre deportistas, familias, entrenadores y el Club como comunidad educativa.

Objetivos Específicos

- ☺ Facilitar experiencias motrices variadas que contribuyan al desarrollo de la competencia motriz general y la alfabetización física.
- ☺ Estimular habilidades cognitivas como la atención, la autorregulación emocional, la planificación y la toma de decisiones, mediante situaciones motrices adaptadas.
- ☺ Promover la autonomía personal en la organización del material, la gestión del esfuerzo y la toma de decisiones durante los entrenamientos.
- ☺ Fomentar la práctica deportiva al aire libre como alternativa saludable a los entornos digitales e hiperestimulados.
- ☺ Garantizar una participación equitativa de niños y niñas, favoreciendo la igualdad de oportunidades y eliminando barreras de género en el acceso y disfrute de la actividad física.
- ☺ Involucrar activamente a las familias en el proceso educativo, favoreciendo una comunicación fluida y una colaboración pedagógica constante.
- ☺ Prevenir el abandono deportivo fomentando una vivencia positiva del deporte, basada en la motivación intrínseca, la inclusión y el acompañamiento personalizado.

4. ESTRUCTURACIÓN Y TEMPORALIZACIÓN DE LOS GRUPOS G1, G2 Y G3.

A continuación se muestra la organización, horarios y edades para los grupos específicos de la Escuela. Esta estructuración está fundamentada en el poder sacar el máximo rendimiento a los recursos que tenemos, tanto materiales como personales, y en el poder facilitar la conciliación familiar y deportiva.

Como principal novedad, se han modificado los años de nacimiento para hacer el corte con respecto a la temporada anterior, buscando el no cortar el desarrollo de los deportistas y que puedan seguir su evolución natural respecto a la temporada anterior deportiva. Para aquellos deportistas que mantengan su grupo hemos mantenido la distribución horaria y personal para dar esa estabilidad necesaria tanto para la elección de los horarios por parte de las familias como para que los deportistas no tengan esa inestabilidad que produce el estar continuamente cambiando de entrenadores.

Se mantiene la nomenclatura de los grupos en función de la edad de los deportistas del grupo, siendo una escalera básica para poder avanzar entre grupos, de esta forma, nos encontramos con el **G1** el 1º en el orden de los horarios además que son los deportistas más precoces, hasta el **G3**, ya que son los últimos en ocupar los horarios de las instalaciones y el paso previo al grupo de Avanzado/Avanzado +.

Como siempre, estas edades son “orientativas” ya que pueden ser susceptibles de cambios en función del desarrollo físico y cognitivo que pueda tener un determinado deportista, ya que como siempre buscamos el potenciar al máximo estos aspectos y un grupo puede quedarse “pequeño”. De igual forma, se puede tener un cambio a un grupo inferior si los mínimos recomendados no han sido todavía adquiridos. Estos cambios serán notificados a las familias a la hora de realizar las altas, primando siempre la decisión técnica de los entrenadores y del Director Técnico.

Comenzamos por los más pequeños:

▪ **G1 (Nacidos entre el año 2018 y 2021)**

HORARIOS	DISCIPLINA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
16:00 – 17:00	Ciclismo 1 sesión por grupo cada 14 días					
16:00 – 16:50	Natación					
17:15 – 18:15	Carrera a pie					

En el grupo G1 continuamos con el mismo modelo de la temporada pasada, buscando tener un equilibrio entre los componentes de ambos grupos para ser más homogéneos. Además, mantenemos la edad de corte para que los más pequeños puedan comenzar con 5 años hasta el primer trimestre del año, eliminando así la descompensación madurativa que hemos encontrado entre algunos deportistas con sus compañeros:

- El G1 está dividido en 2 subgrupos (G1A emoji naranja; G1B emoji negro) para que todos puedan compaginar 4 sesiones semanales en dos grupos más pequeños que lo que sería el conjunto global.
- Los dos grupos contarán con 2 sesiones de natación semanales.
- Dos sesiones de carrera a pie en las pistas de atletismo.
- Junto con sus entrenadores, se desplazarán de la piscina hasta la pista de atletismo para realizar la sesión de carrera a pie.
- La sesión de ciclismo se realizará por separado manteniendo la estructura de entrenamiento semanal (1 viernes para el G1A y el siguiente viernes para el G1B).
- **70 plazas (35 por grupo).**

- ¡IMPORTANTE! Serán aptos para su ingreso en la Escuela aquellos deportistas que hayan cumplido los 5 años a fecha de 30 de junio de 2026.

▪ **G2 (Nacidos entre el año 2013 y 2018)**

HORARIOS	DISCIPLINA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
16:00 – 17:15	Ciclismo					
17:00 – 17:55	Natación					
18:15 – 19:15	Carrera a pie					

La distribución de entrenamientos del G2 para la temporada 2025/2026 incluye las siguientes características:

- Durante esta temporada seguiremos utilizando la división del grupo en 2 subgrupos para asegurar un entrenamiento de calidad. Continuamos con la posibilidad de realizar un tercer día de entrenamiento opcional a elegir entre los días libres.
- La propuesta de los grupos es la siguiente:
 - G2A (emoji negro): entrenamiento lunes y miércoles (opción de incluir 1 día más de entrenamiento, **-jueves-**).
 - G2B (emoji naranja): entrenamiento martes y jueves (opción de incluir 1 día más, **-lunes-**).
- 1 entrenamiento semanal en bicicleta de carretera o montaña, es decir, habrá semanas con planificación para bicicleta de carretera y otra semana para bicicleta de montaña (independientemente de la que utilicemos)
- 2 entrenamientos de natación seguros + 1 opcional.
- 2 entrenamientos de carrera a pie.

- Al terminar la sesión de natación, se desplazarán hasta las pistas de atletismo junto con su entrenador para realizar la sesión de carrera a pie.
- **70 plazas (35 por grupo).**

▪ **G3 (Nacidos entre el año 2008 y 2013).**

HORARIOS	DISCIPLINA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
16:00 – 17:30	Ciclismo					
18:00 – 19:00	Natación					
19:15 – 20:15	Carrera a pie					

Para la temporada 2024/2025, nuestros deportistas del G3 distribuyen la semana de entrenamientos de la siguiente manera:

- 2 entrenamientos semanales en bicicleta de carretera o montaña en función del momento de la temporada.
- Se adelanta 1 entrenamiento semanal a las 16:00h para poder hacer un mayor volumen pudiendo salir al carril bici de Tinajeros. Al concluir esta sesión, los deportistas tienen que desplazarse por sus medios hasta la piscina para realizar el entrenamiento de natación.
- Se mantiene 1 entrenamiento semanal de bicicleta para compaginar bici-piscina.
- 4 entrenamientos de natación.
- 2 entrenamientos de carrera a pie al terminar las sesiones de natación de los lunes y miércoles.
- **50 plazas máximo.**

5. ORGANIGRAMA DEL CLUB Y ESTRUCTURA TÉCNICA



DE LA ESCUELA

La estructura directiva y técnica de la Escuela de Triatlón del Club Triatlón Albacete RES está diseñada para garantizar un funcionamiento eficiente del Club, una comunicación efectiva entre todos sus miembros y un desarrollo que se centre en el plano deportivo, ya que está compuesto de deportistas para deportistas.

La **Junta Directiva** es el órgano principal de gobierno del Club Triatlón Albacete RES. Se encarga de la toma de decisiones estratégicas, la planificación a largo plazo y la supervisión general de todas las actividades del Club. Asegura la estabilidad y sostenibilidad, permitiendo que las actividades de la Escuela de desarrollen en un marco estructurado y bien organizado ya que proporciona el respaldo necesario para la implementación de programas y proyectos, garantizando que se alineen con la visión y misión del Club. Es aquí donde cobra

importancia la figura del **Vocal de la Escuela** en la Junta Directiva ya que representa los intereses y necesidades de la Escuela en las reuniones y decisiones del club. Es el portavoz de las familias, asegurando que sus opiniones y preocupaciones sean escuchadas y consideradas en la toma de decisiones.

La **Dirección Técnica del Club** supervisa todas las actividades deportivas y técnicas del club, incluyendo la Escuela ya que es el futuro y donde se nutre gran parte de los socios. Se encarga de diseñar, coordinar y evaluar los programas de entrenamiento, asegurando que cumplan con los estándares de calidad y objetivos del Club. Colabora estrechamente con la Dirección Técnica de la Escuela para desarrollar planes de formación y mejora continua, ya que de la unión de las dos figuras depende el buen hacer en toda la parcela deportiva del Club. Por último que podamos destacar entre las mil labores de este papel, garantiza que los programas de entrenamiento sean coherentes y efectivos, proporcionando una dirección clara y bien fundamentada, afianzada junto a toda la formación continua que vamos adquiriendo para que se utilicen los métodos más actuales y las prácticas basadas en la evidencia.

Por su parte, la **Dirección Técnica de la Escuela** actúa como enlace entre las familias, los deportistas y los entrenadores, asegurando una comunicación fluida y efectiva. Es responsable de la implementación y supervisión de las sesiones específicas que se realizan en la Escuela, adaptándolas en el plano teórico a las necesidades y capacidades de los diferentes grupos. Facilita la resolución de problemas y la atención personalizada a los triatletas y sus familias, promoviendo un ambiente de confianza y de total libertad de expresión entre todos los protagonistas. Es una figura de conciliación necesaria para mantener una relación cercana y de confianza con las familias, lo cual facilita el que todo el mundo pueda encontrar su sitio en nuestra Escuela.

En último lugar, pero siendo la pieza fundamental para que todo pueda tener un sentido, encontramos los **Entrenadores** de los grupos de la Escuela. Son los encargados de estar en el día a día con los atletas, planificando y diseñando las sesiones de entrenamiento que se ejecutarán en el contexto real. Son los que mejor conocen a los deportistas porque son los que más tiempo pasan con ellos,

pudiendo detectar problemas o contratiempos con el simple hecho de ver comportamientos anómalos en los deportistas. Su trabajo, apoyado en su conocimiento teórico, sus habilidades y recursos humanos y el feedback continuo que trasladan a los deportistas les ayudan a mejorar sus habilidades técnicas, físicas, psicológicas y sociales. Son esenciales para mantener la motivación y el compromiso de los niños y jóvenes, creando un ambiente de apoyo, compañerismo y sentimiento de pertenencia al Club.

A continuación presentamos la **Estructura Técnica de la Escuela**, sus funciones y la formación de cada uno de ellos, ya que para que este Proyecto Deportivo tenga sentido, tienen que haber personas que lo lleven a cabo:

- Director técnico de la Escuela Municipal Club Triatlón Albacete RES y entrenador G3
 - Javier Salcedo Yeste
 - Graduado en Educación Primaria Educación Física.
 - Máster en Rendimiento Deportivo.
 - Entrenador de Triatlón Nivel II FETRI.
 - Monitor de natación.
 - Organización y gestión de la Escuela.
 - Apoyo y coordinación junto a los entrenadores.
 - Responsable de aceptar ascensos a los diferentes grupos de la Escuela o promocionar a los que puedan entrenar en el grupo de Avanzado/Avanzado +.
 - Revisión de entrenamientos y contenidos de las sesiones.
 - Realización de un calendario escolar de competiciones de triatlón y de las 3 disciplinas si fuera necesario.
 - Inscripción a las pruebas “Somos Deporte” de Castilla – La Mancha.
 - Diseño de concentraciones y actividades alternativas para mejorar la cohesión de la Escuela.

- Figura de unión y conciliación entre padres y entrenadores.
- Resolución de dudas técnicas u organizativas de la Escuela.

➤ Entrenador principal G2

- Pablo Lledó Sáez
 - Entrenador de triatlón de nivel II FETRI.
 - Entrenador especialista en triatlón de Larga Distancia FETRI.
 - Diseño de entrenamientos del G2 (2011 – 2015) y encargado de dirigirlos.
 - Análisis mensual de los deportistas y transmisión a la dirección técnica.
 - Evaluación trimestral de los deportistas y certificación de los resultados.
 - Detección de problemas en deportistas y comunicación para la resolución de problemas.
 - Figura principal y referente en los entrenamientos.

➤ Entrenadora principal G3

- Desirée Segura Romero
 - Entrenadora de Triatlón Nivel I FETRI.
 - Técnica superior de acondicionamiento físico.
 - Instructora de socorrismo.
 - Diseño de entrenamientos del G3 (2015 – 2019) y encargada de dirigirlos.
 - Análisis mensual de los deportistas y transmisión a la dirección técnica.
 - Detección de problemas en deportistas y comunicación para la resolución de problemas.

- Evaluación trimestral de los deportistas y certificación de los resultados.
- Figura principal y referente en los entrenamientos.

Además, contamos con un equipo externos en el que gracias a nuestros patrocinadores y colaboradores podemos encontrar figuras de referencia y centros que nos pueden ayudar en todas esas áreas de las que no podemos abarcar y que tenemos que dejar en manos de los verdaderos profesionales.

- Instituto Sanum - 967 23 68 97-
 - Clínica multidisciplinar con una amplia experiencia en el campo de la salud y el deporte, donde destacamos su labor en la fisioterapia, nutrición y dietética, entre muchas de sus especialidades.

6. MATERIAL DEPORTIVO ORIENTATIVO POR GRUPO/CATEGORÍA:

El listado de material se mantiene, con mejoras en su presentación y accesibilidad. Este año se elaborará una **guía visual interactiva** para facilitar la identificación de los elementos esenciales por edades. Asimismo, se incluirá un apartado de sostenibilidad con propuestas para reutilizar, intercambiar o donar equipamiento entre familias.

Para cada disciplina necesitaremos un material mínimo para poder realizar las sesiones. A continuación os detallamos a deportistas y familiares de la Escuela Municipal del Club Triatlón Albacete, el material que será necesario tener para poder entrenar durante cada una de las diferentes categorías y grupos.

JUNIOR (2007 – 2008), JUVENIL (2009 - 2010) y CADETE (2011 - 2012)

- Natación:

Obligatorio:

- Gafas de nadar, gorro, bañador y chanclas.

- Pull.
- Aletas.
- Palas.
- Neopreno.
- Tuba.

Recomendable:

- Boya Natación Aguas Abiertas.
- Rodillo.

- Bicicleta:

Obligatorio:

- Casco.
- Bici de carretera.
- Pedales automáticos.
- Sistema de control de la intensidad por pulso.
- Herramientas y recambios para arreglar un pinchazo, una avería o una rotura de la cadena (tronchacadenas).
- Luz trasera roja de posición.
- Botellín con agua.
- Indumentaria adecuada

Recomendable:

- Sistema de control de la intensidad por vatios.
- Manta térmica.

- Carrera a pie

Obligatorio:

- Reloj con sistema de medición GPS, para poder controlar el ritmo.
- Zapatillas para correr.
- Material adecuado para la temperatura exterior.
- Transiciones y otros contenidos

Obligatorio:

- Portadorsal.
- Zapatillas de triatlón (calas) para realizar las transiciones
- Zapatillas de correr con cordones elásticos.
- Mono Club Triatlón Albacete.

INFANTIL (2013 – 2014)

- Natación:

Obligatorio:

- Gafas de Nadar, gorro, bañador y chanclas.
- Pull
- Aletas.
- Palas.

Recomendable:

- Neopreno.
- Tuba.

- Bicicleta:

Obligatorio:

- Casco.
- Bicicleta de montaña.

- Botellín con agua.
- Herramientas y recambios para arreglar un pinchazo, una avería o una rotura de la cadena (tronchacadenas).
- Luz trasera roja de posición.
- Indumentaria adecuada

Recomendable:

- Bicicleta de carretera.
- Pedales automáticos.

- Carrera a pie:

Obligatorio:

- Zapatillas para correr.
- Material adecuado para la temperatura exterior.

Recomendable:

- Reloj con sistema de medición GPS, para poder controlar el ritmo.

- Transiciones y otros contenidos

Obligatorio:

- Cordones elásticos en las zapatillas de correr.
- Mono del Club Triatlón Albacete.
- Portadorsal.

Recomendable:

- Zapatillas de triatlón (calas) para realizar las transiciones.
- Portadorsal

ALEVÍN (2015-2016)

- Natación:

Obligatorio:

- Gafas de Nadar, gorro, bañador y chanclas.
- Pull
- Aletas.

Recomendable:.

- Palas.

- Bicicleta:

Obligatorio:

- Casco.
- Bici de montaña.
- Botellín con agua.

Recomendable:

- Material para arreglar un pinchazo.
- Indumentaria adecuada.

- Carrera a pie:

Obligatorio:

- Zapatillas para correr.
- Material adecuado para la temperatura exterior.

Recomendable:

- Reloj-Cronómetro.
- Transiciones y otros contenidos:

Obligatorio:

- Cordones elásticos en las zapatillas de correr.

Recomendable

- Mono del Club Triatlón Albacete.

BENJAMÍN (2017-2018) PREBENJAMÍN Y MENORES (2019-2020-2021)

- Natación:

Obligatorio:

- Gafas de Nadar, gorro, bañador y chanclas.
- Pull
- Aletas.

- Bicicleta:

Obligatorio:

- Casco.
- Bici de montaña.
- Botellín con agua.

Recomendable:

- Indumentaria adecuada
- Carrera a pie:

Obligatorio:

- Zapatillas para correr.

- Material adecuado para la temperatura exterior
- Transiciones y otros contenidos:

Obligatorio:

- Cordones elásticos en las zapatillas de correr.

Recomendable:

- Mono del Club Triatlón Albacete

7. PROPUESTAS DEPORTIVAS PARA DESARROLLAR DURANTE LA TEMPORADA 2025/2026:

La planificación deportiva para la temporada 2025/2026 se formula con una visión estratégica y realista, basada en la experiencia acumulada, en las necesidades detectadas por el equipo técnico, y en los retos estructurales que afectan al desarrollo y consolidación de la Escuela Municipal del Club Triatlón Albacete. Más allá del diseño de tareas o rutinas de entrenamiento, este apartado aborda propuestas concretas de carácter estructural, metodológico y comunitario, que buscan fortalecer el proyecto a medio y largo plazo.

Durante las últimas temporadas, se han identificado tres áreas prioritarias de mejora que condicionan de forma directa la sostenibilidad del modelo actual:

1. La baja participación de los escolares en competiciones oficiales o eventos federados, incluso entre aquellos con capacidades destacadas o años de experiencia en la Escuela.
2. La escasa implicación sistemática del entorno familiar en las tareas organizativas y de voluntariado, especialmente en las pruebas organizadas por el propio Club.
3. La falta de relevo generacional en las categorías federadas, provocando un corte progresivo entre la Escuela y las diferentes escalas con las que cuenta el Club.

Estos desafíos no responden únicamente a cuestiones deportivas, sino también pedagógicas, sociales y emocionales, por lo que requieren respuestas que vayan más allá del volumen de entrenamiento o del calendario de sesiones. Por ello, las propuestas aquí presentadas no solo plantean acciones técnicas, sino también la incorporación de nuevas figuras, estructuras intermedias, programas de acompañamiento y experiencias significativas que fortalezcan el vínculo con el Club y con el deporte en sí mismo.

El objetivo principal es generar un entorno deportivo atractivo, formativo y con proyección, en el que cada niño o niña encuentre su lugar, evolucione según sus motivaciones, y pueda dar continuidad a su práctica sin depender exclusivamente del rendimiento. En definitiva, se trata de consolidar una escuela que no solo enseña triatlón, sino que construye trayectorias deportivas sostenibles, humanas y comprometidas con el proyecto común.

A continuación presentamos las siguientes propuestas en las que vamos a trabajar durante este año:

➤ ***Programa de Continuidad Deportiva***

Uno de los grandes retos actuales en el seno de la Escuela Municipal del Club Triatlón Albacete RES es lograr que los y las deportistas encuentren continuidad en su práctica más allá de las etapas iniciales. A partir de los 13-14 años (categoría infantil, cadete y juvenil), muchos abandonan el triatlón o se desvinculan progresivamente, incluso tras varios años de participación, por no sentirse identificados con la dinámica de la competición o por no visualizar un camino adaptado a sus necesidades.

Para revertir esta tendencia, se plantea la implementación del ***Programa de Continuidad Deportiva***, cuyo objetivo es ofrecer un espacio formativo, flexible y motivador que facilite una transición natural hacia una práctica más autónoma, diversificada y sostenible en el tiempo. Este programa no pretende forzar la competición, sino acompañar al joven deportista para prepararlos a participar con seguridad y confianza en pruebas locales y regionales sin compromiso competitivo.

Las acciones principales del programa son:

- Entrenamientos de “precompetición educativa”: sesiones técnicas con simulaciones reales de pruebas (salidas, transiciones, reglamento, control de ritmos...), pero sin cronómetro ni clasificaciones. Se prioriza la adquisición de recursos y el conocimiento del entorno competitivo desde una perspectiva pedagógica.
- Mentorías entre iguales: creación de parejas o pequeños grupos entre jóvenes de 14–17 años y deportistas federados del Club, que actúen como referentes, modelos de continuidad y facilitadores de experiencia.
- Tareas de participación mixta en eventos: los deportistas de este programa podrán participar como deportistas, asistentes técnicos o dinamizadores en pruebas escolares y federadas, ampliando su visión del Club y generando sentido de pertenencia.
- Acompañamiento emocional individualizado: cada deportista contará con un pequeño itinerario personal consensuado con el equipo técnico y el Coordinador/a de Bienestar, en el que se defina cómo quiere estar presente en el Club, con qué implicación, y hacia dónde quiere evolucionar.

Este programa reconoce que no todos los jóvenes quieren competir, pero muchos sí desean seguir siendo parte activa del Club o necesitan ese pequeño paso para afrontar determinadas situaciones. Y para eso, necesitan alternativas claras, valoradas y bien estructuradas. Con esta propuesta, se ofrece una respuesta realista, humana y formativa al mayor punto de fuga que hoy vive la Escuela.

➤ **Implantación del Coordinador/a de Bienestar Deportivo.**

La figura del coordinador/a de Bienestar Deportivo se implementará como una medida estructural de carácter pedagógico y emocional dentro de la Escuela. Su objetivo es detectar, prevenir y canalizar posibles causas de abandono, malestar o desmotivación en niños y adolescentes.

Este perfil, que podrá ser asumido por un miembro externo al cuerpo técnico, será el responsable de generar espacios de escucha activa, apoyo emocional y mediación entre deportistas, familias y entrenadores. Sus funciones incluirán:

- Reuniones periódicas externas con los grupos para recoger impresiones y necesidades en un clima seguro.
- Entrevistas individuales con deportistas en etapas sensibles, como transiciones de categoría o momentos de desmotivación.
- Asistencia a las familias en cuestiones de acompañamiento emocional, expectativas o resolución de conflictos.
- Diseño de estrategias motivacionales en coordinación con el equipo técnico (retos, feedback, tutorías personalizadas).

Esta figura actúa también como referente en casos de desigualdad, inseguridad emocional o falta de motivación, previniendo el abandono y fomentando una cultura de bienestar en la que cada niño o niña se sienta visto, escuchado y valorado.

Además, uno de los papeles clave de esta figura será acompañar a quienes inician su andadura en el Club. Cada nueva incorporación, ya sea de niños/as o adolescentes, recibirá una tutoría de bienvenida en la que se explicará el funcionamiento de la escuela, los valores del Club, la dinámica de los entrenamientos y las distintas formas de participación (competitiva, recreativa, voluntaria, etc.). Esto reduce incertidumbre, facilita la adaptación y mejora el compromiso desde el primer momento.

➤ **Plan “Familias dentro del Club”: construir desde dentro**

La participación activa de las familias en la vida del Club no solo es una necesidad organizativa, sino una estrategia pedagógica de valor incalculable. El Plan “Familias dentro del Club” nace con la intención de pasar de una relación unidireccional (familia-escuela como servicio) a un modelo colaborativo y bidireccional (familia-escuela como comunidad deportiva y educativa).

Este plan ofrece a las familias formas concretas, accesibles y valoradas de colaboración, sin exigir grandes cargas ni compromisos formales. A través de un banco de tareas abiertas, se podrán inscribir de forma voluntaria en acciones como el montaje de pruebas, acompañamiento de grupos, apoyo en entrenamientos, logística de eventos, fotografía o difusión.

Las familias participantes obtendrán beneficios tangibles e intangibles:

- Reconocimiento público en redes sociales o eventos del Club.
- Prioridad de inscripción en actividades internas con plazas limitadas.
- Descuentos simbólicos o materiales identificativos (como camisetas, gorras o acreditaciones).
- Sensación de pertenencia real al proyecto, lo que se traduce en mayor fidelidad y compromiso.

➤ **Gorro del Compromiso Deportivo: premiar la constancia, no el resultado**

En línea con el enfoque educativo y formativo del Club, se pondrá en marcha a partir del 2º trimestre una iniciativa que reconozca el esfuerzo, la constancia y la actitud comprometida, al margen del nivel deportivo.

Se trata de la entrega del "**Gorro del Compromiso Deportivo**", un gorro de natación de diseño exclusivo (color diferente, lema del Club, personalización con nombre o dorsal interno), que se otorgará a aquellos/as deportistas que:

- Hayan asistido al 80% de los entrenamientos del primer trimestre.
- Hayan demostrado buena actitud, compañerismo y cuidado del material.
- No hayan incurrido en faltas de respeto o desinterés grave.

Este reconocimiento, premia el camino (y no el resultado) y genera un vínculo emocional con el Club.

Además, los deportistas con este distintivo podrán participar en entrenamientos especiales. Este símbolo refuerza la cultura del esfuerzo y da visibilidad a quienes lo merecen desde el compromiso diario, no desde el pódium.

➤ **Red de Referentes del Club: transmitir identidad, inspirar continuidad**

Uno de los factores protectores más sólidos frente al abandono deportivo en edades adolescentes es la existencia de modelos significativos cercanos, que transmiten sentido, pertenencia y una visión motivadora del futuro en el deporte. En este marco, se plantea la creación de la Red de Referentes del Club, una estructura que conecta pasado, presente y futuro dentro del Club Triatlón Albacete RES.

Esta red estará compuesta por exalumnos de la Escuela, deportistas federados actuales, entrenadores históricos, familiares comprometidos y técnicos activos, que compartan con los jóvenes su experiencia, sus aprendizajes, su historia dentro del Club y los valores que les ha aportado el triatlón.

Con este programa, se intenta reforzar la cultura de pertenencia, potenciar la identidad colectiva y mostrar que seguir vinculado al Club tiene múltiples formas, todas ellas valiosas. Los niños y niñas no solo entrenan: forman parte de una historia viva.

➤ **Liga Escolar Club Triatlón Albacete.**

Con el objetivo de incrementar la participación activa de los deportistas en las diferentes competiciones escolares, federadas y actividades organizadas por el Club, se implementará durante la temporada 2025/2026 una iniciativa interna denominada **Liga Escolar Amarilla**. Esta propuesta busca reforzar la vivencia del deporte como proceso formativo y de pertenencia, premiando la constancia, la implicación y la diversidad de experiencias competitivas sin condicionar a los jóvenes por sus resultados.

Su objetivo principal es favorecer la participación voluntaria en las distintas pruebas que ofrece el calendario escolar, federado y propio del Club, estableciendo una motivación simbólica e interna basada en el reconocimiento por asistencia, no por rendimiento.

¿Cómo funciona?

Cada deportista de la Escuela recibirá una puntuación por acudir a las diferentes pruebas que organiza el Club en su Calendario Deportivo (croses, pruebas de natación, acuatlón, triatlón, ciclismo, etc.)

Cada vez que el deportista participe en uno de estos eventos, se le otorgará una puntuación fija en función del tipo de prueba:

- Triatlón – 5 puntos.
- Duatlón – 5 puntos.
- Acuatlón – 5 puntos.
- Jornada de natación – 4 puntos.
- Cross escolar – 4 puntos.
- Prueba ciclismo en ruta – 4 puntos.
- Duatlón Pirata – 3 puntos.
- Jornadas medioambientales – 2 puntos.

 Los puntos se asignan únicamente por participación, no por resultados. 

A esta puntuación, se le aplicará una multiplicación por la asistencia a los entrenamientos para poder generar una clasificación. Por ejemplo, acudir a 1 triatlón + 1 duatlón + 2 croses escolares:

$5 + 5 + 4 + 4 = 18$ puntos más un 75% de asistencia = 1.350 puntos.

Premiación:

A lo largo de la temporada, se establecerá una clasificación (trimestral y anual) en función de los puntos acumulados. Al superar los trimestres, los deportistas accederán a una serie de recompensas como:

- Exención de cuota para el próximo año de los 3 primeros clasificados.
- Maillot conmemorativo (oro, plata y bronce) a los 3 primeros clasificados al finalizar la temporada.
- Premio final a los 3 mejores clasificados anuales con poder viajar con el equipo Élite del Club a la Liga de Triatlón en la jornada del Campeonato de

España de Triatlón por Clubes (en caso de ser deportistas categorías menores podrán ser acompañados por 1 padre/madre/tutor legal).

Sentido pedagógico

La Liga Escolar no pretende crear una competición interna, sino valorar a quienes construyen su trayectoria desde la experiencia, el compromiso y la voluntad de participar. Se trata de hacer visible lo invisible: el esfuerzo de quienes están presentes sin buscar resultados, de quienes se animan a probar, y de quienes permanecen activos y vinculados con el Club a través del calendario anual.

Además, esta propuesta permite al equipo técnico hacer un seguimiento cualitativo del grado de implicación de cada deportista y crear unos hábitos en querer lograr objetivos a medio/largo plazo.

➤ **Escuela de Navidad y Semana Santa.**

En consonancia con el éxito organizativo, deportivo y pedagógico de la Escuela de Verano, el Club Triatlón Albacete RES plantea para la temporada 2025/2026 la creación de dos nuevas iniciativas: la Escuela Deportiva de Navidad y la Escuela Deportiva de Semana Santa. Ambas nacen con un doble objetivo: ofrecer una alternativa de ocio activo y educativo durante los periodos no lectivos, y dar continuidad al trabajo técnico y formativo con los deportistas de la Escuela.

Estas escuelas estarán abiertas tanto a deportistas del Club como a niños y niñas externos interesados en conocer el triatlón desde una experiencia lúdica, vivencial y no competitiva. De este modo, se favorece la práctica deportiva continuada, se facilita la conciliación familiar durante las vacaciones escolares, y se visibiliza el modelo pedagógico del Club como referente educativo más allá del calendario regular.

8. PROCESO DE ALTA, TRAMOS Y FORMULARIOS.

➤ PRIMER PERIODO:

- Del **25 de julio al 1 de agosto** renovación de todos los socios de la temporada 2024/2025 (incluidos todos los que entrenan con el grupo de Avanzado/Avanzado+).
- Formulario de alta obligatoria que adjuntaremos con toda la información.

➤ SEGUNDO PERIODO:

- Del **4 de agosto al 11 de agosto** se abrirá el plazo para todas las personas interesadas que contacten a través de socios actuales del Club.
- Deportista que hayan acudido a la Escuela de Verano en alguna quincena
- Formulario de alta.

➤ TERCER PERIODO:

- A partir del **12 de agosto** liberaremos todas las plazas que queden libres hasta cubrir todas las plazas.
- Formulario de alta como socio del CD Triatlón Albacete
- Matrícula de alta de socio.
- Se habilitará una lista de espera para todos aquellos interesados que no hayan podido entrar en periodo ordinario.

Respetando los plazos indicados, contactaremos por correo electrónico dtescuela@trialbacete.es mostrando el interés en iniciar la aventura de la temporada 2025/2026.

En el mail tenemos que indicar el grupo al que queramos que nos asignen. Se asignarán los grupos y horarios en orden de contacto, por lo que recomendamos a

aquellos que tengan los horarios ajustados por otras actividades extracurriculares no demorarse en mostrar interés.

Adjuntamos el link del formulario OBLIGATORIO para poder completar el alta en el que indicaremos todos nuestros datos:

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdHxAPuPpRY_YMQQyU-_ebY62lOo9rXdfvXQlvF_4N-brRBdA/viewform

9. CUOTAS Y SOCIOS TEMPORADA 2025/2026

La cuota de la Escuela Municipal del Triatlón Albacete RES corresponde a los meses de septiembre a junio (aunque ambos meses se contabilizan como 1 ya que solo se disputa la mitad de ellos).

- a) Una vez que se haya rellenado el formulario y desde la Dirección Técnica de la Escuela nos hayan confirmado la reserva y el grupo para la nueva temporada, se habilitará un **plazo hasta el día 10 de agosto** para realizar el **PAGO EN SU MODALIDAD ANUAL** (septiembre - junio de la temporada en vigor).

- 351€ - (315€ en caso de reducción por 2º hermano/a).

IBAN: ES14 3190 0090 7946 0838 9427

Enviar el justificante de pago a administracion@trialbacete.es

- b) **PAGOS TRIMESTRALES** de **123 €** (septiembre – noviembre; diciembre – febrero; marzo – mayo). Para tod@s aquell@s soci@s que no hayan realizado el pago único, se pasará por recibo bancario las cuotas de **120 €**

108€ en caso de reducción por hermano

- c) **PAGO MENSUAL:** se pasará por recibo bancario las cuotas mensuales de **43€/mes** todos los meses del día 1 al 5 de cada mes de septiembre a mayo del año escolar corriente.
- d) **MATRÍCULA DE ALTA:** para las nuevas altas, se cobrará una matrícula de **43€** (a excepción de aquellos deportistas que ya hayan estado en la Escuela de

Verano). Para esta temporada, la matrícula de alta incluye una camiseta de patrocinadores del Club Triatlón Albacete.

Aclaraciones:

- El calendario por el que se rige la escuela es el mismo que el escolar, respetando los festivos y con finalización el 17 de junio de 2026.
- Los socios antiguos que renueven y aquellos que han participado en la escuela de verano están exentos del pago de la matrícula.
- Está habilitada una ventana para aquellos deportistas en edad escolar que hagan el 100% de los entrenamientos con el grupo de Avanzado/Avanzado + para que puedan realizar el pago anual en año natural (enero – diciembre).
- Los documentos de alta y renovación son obligatorios para todos los socios.
- Las cuotas son susceptibles de cambio en función de lo que apruebe la Asamblea General de socios en su reunión anual. La única tarifa que se mantiene estable durante toda la temporada es la Anual, siendo no reembolsable por las características anteriormente comentadas.

9.1. ¿QUÉ INCLUYE LA CUOTA DE SOCIO DE LA ESCUELA?

- Ser socio de pleno derecho del club.
- Seguro de accidentes federativo, para aquellos socios que soliciten y abonen la licencia federativa.
- Seguro federativo de RC del Club
- Seguro propio del Club de RC y accidentes para aquellos socios que soliciten el pago del seguro propio de accidentes del club.
- Seguro federativo de RC del Club
- Gestión y administración del club y atención a sus socios (resolver dudas de secretaría, tesorería, administración general, dirección técnica y funcionamiento del club)
- Comunicación constante con los socios (mail, videos, grupos de whatsapp, reuniones por zoom)
- Seguimiento de la conciliación escolar y deportiva anual.
- Programación calendarios de temporada, análisis de normativas y reglamentos, reuniones con organismos públicos y federativos, programación y análisis de bases para la selección de deportistas pruebas

deporte escolar y liga talento, scouting (estudio y análisis de clasificaciones, ranking, clubes, triatletas,...), Programación, proyecto, desarrollo y ejecución de los eventos y concentraciones del club (Ducross, Alcalá, concentraciones,...),

- Actualización y mejora de la página web y Sportmember
- Seguimiento semanal de las RRSS del Club, notas de prensa, patrocinadores.
- Portal exclusivo de ropa previamente diseñada por el club para compra directa online, pago tarjeta y envío gratuito. www.austral.es
- Planes de entrenamiento semanal (Adaptado a edad y nivel) de natación, ciclismo,
- carrera a pie y fuerza a partir de infantiles) dentro de la programación anual del club en calendario de pruebas del deporte escolar y liga talento
- Ser seleccionado por la dirección técnica para la asistencia a las pruebas de la Liga Talento (cadetes y juveniles) y Liga Nacional de Duatlón y Triatlón (a partir de juveniles y junior)
- Inscripciones a las pruebas del calendario de deporte escolar, liga talento A y open (en aquellas pruebas que se determinen en calendario oficial por la dirección técnica).
- Desplazamiento a todas las pruebas de deporte escolar. Con acompañamiento de
- entrenador.
- Alojamiento con los equipos de la Liga en las pruebas oficiales de la Liga Talento y
- facilidad por parte del club viaje y alojamiento en campeonatos de España bajo el
- criterio de ayudas establecido en el reglamento.
- Asistencia a todos los eventos y concentraciones del Club
- Concentración de La Manga, Lagunas de Ruidera, Agramón.
- Participación en todas las actividades extraordinarias dentro del proyecto deportivo anual y lleva a cabo el club:
- Duatlón pirata, jornadas de ideas medioambientales, Comida-Gala, actividad fin
- de trimestre, ...
- Entrenamientos presenciales:
- Test de evolución y análisis de datos y evolución deportiva.
- Entrenadores titulados, en régimen general de la seguridad social, plan de prevención de riesgos laborales.
- Entrenamientos dirigidos de natación divididos en niveles.
- Acceso a las pistas de atletismo de lunes a viernes en horario del IMD, para cadetes y juveniles.
- Entrenamientos de carrera a pie dirigidos por entrenador en niveles.
- Entrenamiento de fuerza semanal dirigido por entrenador (a partir de cadetes, según CT)
- Entrenamientos de ciclismo dirigido por entrenador.

9.2. LOS TRIPADRES:

La peculiaridad de tener que entrenar 3 disciplinas deportivas en 1 deporte y el hecho de que la gran mayoría de deportistas de la Escuela compartan la afición y la pasión por el triatlón con sus padres y madres hacen que en la medida de lo posible y gracias al apoyo de dicho proyecto por parte del IMD, los padres y madres triatletas socios del Club y niños puedan compartir los mismos horarios e instalaciones deportivas que sus hijos, buscando al máximo la conciliación deportivo-familiar.

Requisitos:

- ✓ Ser triatleta y socio del Club Triatlón Albacete.
- ✓ Tener hijo/s en la Escuela Municipal del Triatlón Albacete.

Forma de solicitud:

Enviando un mail al Director Técnico de la Escuela dtescuela@trialbacete.es con la solicitud correspondiente con: Nombre del socio y del hijo correspondiente y del turno que sea requerido (se habilitará una calle de natación en los horarios del grupo del padre deportista/hijo deportista) .

Será el Director Técnico de la Escuela quien determine y acepte la solicitud respecto a la capacidad real de oferta/demanda de calles y número de niños/as.



ESCUELA DE TRIATLÓN

TEMPORADA 2025/2026

GRUPOS

G1: 2018 -2021 →

G2: 2018 - 2014 →

G3: 2009 - 2014 →

L - J: 16:00h - 18:15h + V 16:00h

L - J: 17:00h - 19:15h + V 16:00h

L y X: 18:00 - 20:15h +

M y J: 16:00h - 19:00h

PLAZOS

(de inscripción)

- **PRIMER PERIODO:**

Del 25 de julio al 1 de agosto: renovación de todos los socios de la temporada 2024/2025

- **SEGUNDO PERIODO:**

Del 4 al 11 de agosto contacto a través de socios actuales del Club y niños/as que hayan acudido a la Escuela de Verano

- **TERCER PERIODO:**

A partir del 12 de agosto para el público general

+ info



dtescuela@trialbacete.es