



**ESCUELA TRIATLÓN
TRIBOADILLA**



**CLUB TRIATLÓN
BOADILLA**

NORMATIVA e INFORMACIÓN

1. TRI BOADILLA

La Escuela de Triatlón TRIBOADILLA es una sección del Club Deportivo Elemental "Club Triatlón Boadilla - BeOne".

TRI BOADILLA cuenta con un equipo de entrenadores con amplia formación académica y experiencia tanto en el deporte del triatlón como en el entrenamiento en niños y adolescentes. Ofrece una práctica deportiva de alta calidad basada en la consecución del desarrollo deportivo del niño a través de diferentes etapas así como en los buenos valores que esto conlleva. Para ello, ofrece un método de enseñanza propio basado tanto en la ciencia deportiva como en la experiencia trabajando con niños y adolescentes.

2. COMUNICACIÓN CON LOS PADRES

Las comunicaciones generales con los padres se realizan tanto por mail como por el grupo de whatsapp de padres y entrenadores. También pueden existir otros grupos de whatsapp para una determinada categoría de edad o incluso para comunicarse directamente los triatletas más mayores con sus entrenadores.

Siempre que así lo consideren, los padres también pueden comunicarse personalmente con el entrenador.

En la página web de TRI BOADILLA www.clubtriatlonboadilla.com se puede consultar toda la información sobre las actividades de la Escuela.

3. ENTRENAMIENTOS

A lo largo de cada semana hay distribuidas distintas sesiones de entrenamientos según los grupos de entrenamiento:

- Tri Kids: benjamines y alevines
- Tri One: infantiles y cadetes
- Tri Team: juveniles y juniors

Cada sesión tiene un contenido específico según el momento de la temporada, por lo que éstas pueden ir variando según avance el curso.

Dentro de las actividades programadas por los técnicos de TRIBOADILLA, se realizan sesiones de entrenamiento de natación, sesiones de entrenamiento de ciclismo, sesiones de entrenamiento de carrera, sesiones de preparación física, sesiones de entrenamiento combinado, sesiones de test y sesiones de competición. El grupo TriKids realiza prácticamente todos sus entrenamientos en el centro BeOne, aunque puntualmente se puede realizar alguna sesión de ciclismo en otra de las ubicaciones. El grupo TriOne realiza la natación en el centro BeOne y la carrera y ciclismo en las ubicaciones externas. El grupo TriTeam realiza los entrenamientos de natación y preparación física en el centro BeOne, mientras que los entrenamientos de carrera y de ciclismo son en las ubicaciones externas habituales.

En los entrenamientos que se realicen dentro de BeOne, se debe cumplir con la normativa de uso específica del centro.

El comportamiento de los triatletas dentro de los entrenamientos y competiciones debe regirse por las normas que impongan los entrenadores. Comportamientos que se consideren inapropiados, como faltas de respeto reiteradas hacia los compañeros y/o entrenador podrían ser motivo de expulsión del Club.

Es muy importante la puntualidad en los entrenamientos, ya que la falta de ésta podría ocasionar un perjuicio a todo el grupo.

Los test periódicos que se les realizan para el control y valoración de su evolución, se realizan en la piscina del BeOne (natación) y en otras ubicaciones exteriores (zona de la ciudad financiera del Santander, monte de Boadilla, pista de atletismo cercana...). Se comunican con tiempo.

En caso de climatología adversa que impida el desarrollo normal de los entrenamientos, se podrá variar el lugar y el tipo de actividad en la medida de lo posible, y en último caso suspenderse.

Los sábados en los que haya competiciones no hay sesión de entrenamiento.

4. COMPETICIONES

Las competiciones son una parte fundamental dentro de la planificación, ya que entran dentro del proceso de formación que se sigue en la Escuela, siendo muy importantes para el desarrollo tanto deportivo como personal de los jóvenes triatletas. Aunque la participación en competiciones no es obligatoria para los triatletas miembros de la Escuela, es recomendable que éstos participen en el mayor número de ellas posible.

Dentro de las competiciones, la Escuela participa en el Circuito de Triatlón Escolar de la Federación Madrileña de Triatlón, que se desarrolla normalmente desde finales del mes de febrero hasta mediados del mes de junio. También puede participar en otras pruebas fuera de este Circuito que los entrenadores consideren interesantes. Y los más mayores también pueden participar en campeonatos de Madrid y de España, según decisión técnica.

Las inscripciones para las distintas competiciones se realizan de forma individual, por lo que es un trámite que deben realizar los padres. Los entrenadores informarán sobre cómo y cuándo se pueden realizar las inscripciones para cada competición.

Los sábados en los que haya competiciones no hay sesión de entrenamiento.

La licencia federativa tiene una vigencia por años naturales, desde el 1 de enero hasta el 31 de diciembre. Es obligatoria para competir y además lleva incluido un seguro médico deportivo. Se tramita a principios de enero. Más información en la web de la Federación Madrileña de Triatlón <http://www.triatlonmadrid.org/interior/36/0/Licencias.html>

5. EQUIPACIONES

Para ir a las competiciones se debe llevar alguna prenda identificativa del equipo (camiseta, sudadera, etc.). Y durante la prueba es obligatorio el uso del mono o “tri traje” oficial del equipo.

Es importante, y recomendable, que especialmente en los entrenamientos que se realizan fuera de las instalaciones del Club, los triatletas lleven prendas identificativas del equipo.

Todas las prendas, tanto las de competición como las de entrenamiento, son personalizadas para el equipo. El Club se encarga de llegar a acuerdos con la marca que ofrezca la mejor relación calidad/precio.

Para adquirir las prendas, los entrenadores informarán a los padres de los periodos en los que se vayan a realizar pedidos a la marca. Una vez recibido el pedido, no es posible devolver ninguna prenda, ya que éstas son personalizadas (esto es importante tenerlo en cuenta a la hora de elegir la talla correcta).

6. MATERIAL

Para comenzar a entrenar en la Escuela, con traer el material básico es suficiente; por ejemplo, cualquier bici es válida para comenzar. Sin embargo, según vayan cumpliendo etapas es muy recomendable que el material sea más específico.

En los entrenamientos de ciclismo el casco es siempre obligatorio.

En los triatletas de las categorías de más pequeños, la bicicleta de montaña (mtb) es siempre necesaria. Las bicicletas “de paseo” no son apropiadas para este uso.

En los triatletas más mayores la bicicleta de montaña (mtb) también es siempre necesaria. Y a partir de infantiles de 2º año es recomendable que vayan comenzando con la bici de carretera, ya que ésta es la bici habitual en el triatlón.

Es muy importante que las bicis estén siempre en buen estado y que los padres se preocupen de llevarlas con relativa frecuencia al taller para ser revisadas.

Es obligatorio que cada triatleta lleve en su bici una pequeña bolsita (especial para bicis) con una cámara de recambio para posibles pinchazos. También un porta-bidón con botellita de agua.

Los entrenadores pueden recomendar que los triatletas traigan algún material de apoyo en el entrenamiento (por ejemplo palas y aletas para natación, etc.), según las necesidades y el momento de la temporada.

7. GESTIÓN ADMINISTRATIVA E INSCRIPCIONES

La inscripción a la Escuela conlleva un doble trámite:

- Inscripción en TriBoadilla: rellenando y enviando el formulario de inscripción que se puede encontrar en la web www.clubtriatlonboadilla.com
- Inscripción en BeOne: en la recepción del Centro. Es necesaria para poder acceder a la instalación. Existe una opción de “abono familiar” exclusivo para que los padres

puedan utilizar las instalaciones y los servicios de BeOne. Al realizar la inscripción en BeOne hay que mostrar/presentar la inscripción en la Escuela de Triatlón (formulario de inscripción).

Ver las tarifas en: [Horarios y Tarifas escuela triatlón Boadilla](#)

Para darse de baja, se debe informar de ello antes de que finalice el mes anterior mediante mail a info@escuelatriatlonboadilla.com.

8. MATERIAL AUDIOVISUAL

Los entrenadores toman con regularidad fotografías y vídeos de entrenamientos y de competiciones. Esto se realiza tanto para análisis técnico de la ejecución como para compartir imágenes con los padres a través de whatsapp, web y RRSS.

Con la inscripción en la Escuela, los padres dan su consentimiento para que se tomen imágenes de sus hijos.

Todo lo referente a protección de datos y política de privacidad se puede consultar en la web de la escuela: www.clubtriatlonboadilla.com

Contacto: info@escuelatriatlonboadilla.com