

Asunto: Plazas Residencia Estable CNTD Cáceres

Remite: Secretaría FEXO

Características y criterios del proyecto federativo

La Federación Extremeña de Orientación, como entidad deportiva solicitante de Plazas para la Residencia Estable de Deportistas en el CNTD “Ciudad Deportiva de Cáceres”, reguladas por el Decreto en vigor en el momento de la presentación de solicitudes para la temporada 2025/2026, pone a disposición de aquellos deportistas que quieran participar en el proyecto federativo:

- Plazas para deportistas federativos internos: Número de plazas a determinar en función de la puntuación obtenida por la Federación Extremeña de Orientación.
- Plazas para deportistas federativos externos: Número de plazas a determinar en función de la puntuación obtenida por la Federación Extremeña de Orientación.

El objetivo principal de la Federación Extremeña de Orientación es proporcionar los medios y recursos que la Junta de Extremadura ofrece a las Federaciones Deportivas para el desarrollo deportivo y académico a aquellos deportistas integrantes del Grupo Federativo.

Condiciones que deben cumplir los deportistas para su inclusión en el proyecto

Edad: Cadete hasta junior en la temporada 2026, correspondiendo a las edades de los nacidos entre los años 2006 y 2011.

Nivel deportivo:

- MTBO: Activa participación en la Liga Nacional y Campeonato de España durante los dos últimos años, y consecución de medalla a nivel nacional. Además de haber sido seleccionado por la selección Española para Campeonatos de Europa o del Mundo en la presente temporada o anterior, 2024-2025 como otro logro a tener en cuenta en cuanto a la decisión técnica.
- OPIE: Participación activa en Liga Nacional y Campeonato de España durante los dos últimos años, además de conseguir resultados notorios, tales como 10º o mejor en la clasificación final en la presente temporada y anterior, 2024-2025.

Otros méritos a parte de los mencionados anteriormente serán tenidos en cuenta por el cuerpo técnico a la hora de obtener el listado final.

Si no se llegasen a cumplir los resultados pertinentes mencionados anteriormente, se podría seguir considerando la candidatura del deportista, teniendo en cuenta una buena actitud hacia el deporte, el entrenamiento y compañeros, por el cuerpo técnico de la federación.

Actitud y Comportamiento

Este apartado será el más excluyente con respecto a la inclusión del deportista en la lista de candidatos final que presentará la FEXO, siendo imprescindible sin excepción alguna cumplir los siguientes puntos:

- Informe negativo del club y/o entrenador por falta de compromiso con el deporte (faltas injustificadas a entrenamientos o competiciones de forma continuada en la temporada actual).
- Haber sido expulsado o amonestado en varias ocasiones por la Dirección y Tutores del CNTD (si ha formado parte del proyecto anteriormente).
- Informe negativo en cuanto a la conducta observada con respecto a compañeros o técnicos de la Federación, por parte del cuerpo técnico de la FEXO.
- Expresión por cualquier medio comunicativo por parte del deportista de intención de abandonar el entrenamiento o la competición deportiva durante su estancia durante la temporada en el CNTD, salvo causa justificada.
- No comprometerse a acatar el reglamento interno de la FEXO, así como el reglamento del propio CNTD.

Entrenamientos

El programa de entrenamientos será acotado por el entrenador/director deportivo que la Federación designa para dicha tarea. Todo deportista que quiera participar en el proyecto deberá aceptar que su entrenador, desde que hace su entrada en septiembre 2025 al CNTD hasta la salida de este en junio 2026, será el que indique la propia federación.

Todo entrenamiento durante la semana se realizará en grupo, persiguiendo la cohesión del grupo de tecnificación, así como una mayor adherencia a la práctica deportiva.

Se realizarán entrenamientos específicos y físicos (de carrera o bici y gimnasio) a demanda del técnico encargado. Estos serán completamente estructurados y planificados minuciosamente para asegurar el rendimiento y descanso del deportista.

Los entrenamientos tendrán un horario en un principio fijo, el cual se acordará con los deportistas llegando a un consenso para establecerlo y puedan asistir todos a la vez al entrenamiento.

Como se ha dicho antes, será fijo, pero puede sufrir alguna modificación tanto por parte del técnico, como causas puntuales de uno o varios deportistas, siempre y cuando no perturben en exceso las demás obligaciones de los compañeros.

Los entrenamientos serán grupales durante la semana. Durante el fin de semana o festivos donde el deportista no se encuentre en el centro, también deberá de realizar los entrenamientos que se le manden de forma individual.

Estos entrenamientos no supondrán en ningún momento un impedimento para el desarrollo académico del deportista, siendo este la preocupación principal que debe tener el deportista.

Seguimiento y control del entrenamiento:

Será obligatorio que el deportista utilice un **dispositivo GPS** que recopile además la **frecuencia cardiaca**, para asegurar un buen seguimiento del entrenamiento y la carga del entrenamiento. Esto será necesario hacerlo tanto en los entrenamientos grupales como individuales, cuando el deportista no se encuentre en el centro.

Será responsabilidad del deportista asegurarse de que el entreno se ha registrado correctamente y subido a la plataforma de seguimiento del entrenamiento marcada y utilizada por el entrenador de la Federación.

Ventajas de los deportistas becados

Los deportistas tendrán numerosos beneficios en su día a día en el CNTD como son:

- Tutores: Se encargarán del desarrollo tanto académico como personal del deportista, así como ser una figura a la que acudir en caso de cualquier problema que tenga el deportista
- Servicio de fisioterapia y médico: El centro cuenta con profesionales de estas áreas que ayudarán tanto a la rehabilitación de lesiones como a la mejora de la salud de los deportistas.
- Psicólogo: Los deportistas tendrán dos psicólogas a su disposición tanto a nivel académico, personal y deportivo.
- Acceso a instalaciones deportivas: El CNTD cuenta con toda clase de instalaciones deportivas que ayudarán al mejor desarrollo deportivo del deportista.

- Servicio de limpieza y lavandería: El centro tiene estos servicios para que el deportista no tenga que preocuparse por nada en su día a día a parte del deporte y los estudios.
- Servicio de comida: Estará establecido por un nutricionista, ayudando a que los deportistas tengan una alimentación saludable y equilibrada según sus demandas.

Presentación de las solicitudes

Los deportistas o madre/padre/tutor legal (en caso de ser menor de edad) deberán remitir a la federación una solicitud (Anexo I), en la cual se detalla la autorización y solicitud a la federación de su inclusión en la lista de deportistas que será presentada al CNTD como solicitud de plazas.

También se deberá entregar un documento con los resultados más destacados del deportista de las temporadas 2023, 2024 y 2025, con un máximo de 5 resultados por temporada. Se indicará la categoría, fecha y a ser posible el número de participantes de la competición. Se deben priorizar los resultados más destacados.

Otro documento necesario para la solicitud es el Anexo III, el cuál es una declaración que debe estar firmada por el deportista, si fuese este menor de edad, firmaría también el padre/madre/tutor legal. En este documento se expone y se afirma que el deportista ha leído y está de acuerdo con el cumplimiento del reglamento interno de la Federación (Anexo II), así como el reglamento del CNTD y las consecuencias que puede desencadenar el no cumplimiento de este.

Dirección Técnica: Federación Extremeña de Orientación

Email: info@fexo.org

Web: <http://fexo.org>

FEXO | 2025
Secretaría FEXO

ANEXO I

Solicitud de plaza de deportista

Presento mi solicitud a la Federación Extremeña de Orientación para ser incluido como deportista candidato a las plazas ofertadas por el CNTD de Cáceres en la convocatoria para la temporada 2025/2026.

Datos del Deportista que presenta la solicitud:

Nombre: _____

Apellidos: _____

DNI: _____

Teléfono: _____

Correo electrónico: _____

Datos del padre/madre o tutor legal en caso de que el deportista sea menor de edad (indicar el parentesco):

Nombre: _____

Apellidos: _____

DNI: _____

Teléfono: _____

Correo electrónico: _____

Firma del deportista

Firma del padre/madre/tutor

ANEXO II

Reglamento Interno de la Federación Extremeña de Orientación para los Deportistas Becados en el CNTD

Además del Reglamento del CNTD, la FEXO tiene un reglamento interno para garantizar que los deportistas tengan un comportamiento adecuado y ejemplar, así como poder alcanzar los objetivos tanto deportivos como académicos.

Comportamiento y acciones:

En este apartado se expresarán acciones y comportamientos que se requiere cumplir por parte del deportista, de lo contrario habrá sanciones a los deportistas:

- Asistir a los entrenamientos en tiempo y hora acordado: Las faltas y retrasos constantes pueden acarrear sanciones.
- Cumplimiento de los entrenamientos en duración e intensidad pautados por el entrenador.
- Trato con respeto y educación tanto a los técnicos y deportista tanto de la FEXO como del resto de federaciones. Así como a los tutores y trabajadores del CNTD. Esto puede acarrear sanciones graves según el criterio del cuerpo técnico.

Las sanciones pueden ir desde la expulsión del CNTD por un día hasta de forma permanente.

Estudio y resultados académicos:

Como se ha explicado anteriormente, este es el apartado en el que el deportista debe hacer hincapié. El no cumplimiento de estos estándares puede traer también sanciones.

- Respetar los horarios de estudio establecidos y controlados por los tutores del CNTD.
- Mantener un buen rendimiento académico, no suspendiendo asignaturas y manteniendo un buen comportamiento y participación en clase.

Estas condiciones si no son respetadas pueden suponer la expulsión del CNTD desde un día hasta de forma permanente. Otra sanción puede ser la prohibición para acudir a los entrenamientos del grupo, teniendo que realizarlos de forma individual.

Participación y compromiso con el deporte y la competición:

Al estar como representante de la FEXO en el CNTD, se espera que el deportista cumpla con unos requisitos mínimos en cuanto al deporte de la orientación.

- Será obligatorio ir a las competiciones en las que el deportista sea seleccionado por la FEXO, salvo causa de fuerza mayor.

- Se precisará una participación activa tanto en la Liga Extremeña como Nacional, así como en Campeonatos de España, salvo causa de fuerza mayor.
- Utilización y grabación de los datos del entrenamiento requeridos por el entrenador, con dispositivo GPS y pulsómetro.

Estas condiciones si no son respetadas pueden suponer la expulsión del CNTD desde un día hasta de forma permanente.

Comportamiento dentro del CNTD:

El deportista además de acatar el reglamento interno de la FEXO, debe también de obedecer el Reglamento de Régimen Interno del CNTD.

Aunque no haya amonestación por parte de la dirección, si tenemos un mal informe de varias situaciones en las que el deportista no sigue las reglas del CNTD, la FEXO se guarda el derecho a poder sancionar también estas conductas.

Dichas sanciones como en los anteriores puntos pueden ir desde la expulsión del CNTD por un día hasta de forma indefinida.

ANEXO III

Declaración Responsable del Deportista ante el Reglamento Interno de la FEXO

En el presente documento, yo como deportista que presenta la solicitud a las plazas del CNTD mediante la Federación Extremeña de Orientación, siendo mi nombre y apellidos _____, con DNI _____, acepto el Reglamento Interno de la Federación Extremeña de Orientación (Anexo II) en el que se detallan los deberes y normas de los deportistas becados en el CNTD en la temporada 2025/2026, así como acepto su cumplimiento y las represalias que desencadenen la negativa ante este Reglamento. Así como la normativa interna del CNTD y sus consecuencias de no cumplimiento.

Si el deportista fuese menor de edad, padre/madre o tutor legal deberá de rellenar lo siguiente también:

Yo como padre/madre o tutor legal (indicar el parentesco) con nombre y apellidos _____, con DNI _____, declaro haber leído el Anexo II correspondiente al Reglamento Interno de la Federación Extremeña de Orientación y acepto las posibles represalias que pueda desencadenar el comportamiento en contra de este reglamento por parte del deportista. Así como la normativa interna del CNTD y sus consecuencias de no cumplimiento.

Firma del deportista

Firma del padre/madre/tutor