



Federación Madrileña de Balonmano

# PROGRAMA BAMARÉN



## GRUPO 2009 FEMENINO

Desde el Área Técnica nos complace comunicar las jugadoras del **GRUPO 2009 FEMENINO** que han logrado el acceso al [Programa de Tecnificación BAMARÉN](#) del año 2024.

Este es un programa que tiene como objetivo principal el de colaborar en el desarrollo integral de las jugadoras de balonmano de la Comunidad de Madrid a través de entrenamientos, jornadas de formación y diferentes competiciones.

Los coordinadores responsables de este programa son Laura Gil, César Montes, Javier Valenzuela y Juan Carlos Seco.

## CONVOCATORIA PUENTE DE NOVIEMBRE

FECHA	HORARIO	INSTALACIÓN	ALOJAMIENTO	GRUPOS
01 a 03 noviembre	Todo el día	P.M. BUITRAGO DE LOZOYA	COLEGIO GREDOS SAN DIEGO BUITRAGO	2009 FEMENINO

### 1º. INCORPORACIÓN Y SALIDA DE DEPORTISTAS

#### INCORPORACIÓN – VIERNES 1 DE NOVIEMBRE DE 2024 – 09:30 HORAS

Las deportistas deberán estar entre las 09:30 y las 09:45 horas del viernes 1 de noviembre en el *Colegio Gredos San Diego* de Buitrago de Lozoya.  
Av. de Madrid, 16, 28730 Buitrago del Lozoya, Madrid

[GSD International School Buitrago](#)

#### RECOGIDA – DOMINGO 3 DE NOVIEMBRE DE 2024 – 14:30 HORAS

La recogida de deportistas será el domingo 3, entre las 14:30 y 14:45 horas, en el *Colegio Gredos San Diego* de Buitrago de Lozoya.



Federación Madrileña de Balonmano

# PROGRAMA BAMARÉN



## 2. DOCUMENTACIÓN REQUERIDA

- DNI o pasaporte originales
- Tarjeta sanitaria original.
- Autorización participación actividad.
- Consentimiento informado fisioterapia.

**NOTA: Los deportistas deben enseñar a los entrenadores todos los documentos antes de iniciar la actividad, entregando en ese momento las autorizaciones si no se hubieran entregado antes. QUIEN NO ENTREGUE LA DOCUMENTACIÓN EN ESE MOMENTO, NO PODRÁ INICIAR LA ACTIVIDAD.**

## 3º. MATERIAL DEPORTIVO Y ROPA

La Federación Madrileña de Balonmano aportará a cada deportista/a la siguiente ropa:

- Camisetas de entrenamiento.
- Un pantalón corto de entrenamiento.

Además, cada deportista/a debe llevar:

- Calzado de paseo y de entrenamiento
- Ropa para entrenamiento (realizaremos 5 sesiones de entrenamiento-competición)
- Maleta/mochila para el viaje y mochila para los entrenamientos.
- Neceser con pasta y cepillo de dientes, desodorante, colonia, etc.
- Pijama.
- Ropa de paseo.
- Ropa interior.
- Toallas. Recomendable una o dos de aseo y dos de ducha. (No hay toallas ni juego de cama en el albergue)
- Saco de dormir o ropa de cama (atención al frío).
- Botella personal de agua

## 4. ALOJAMIENTO

- Residencia *Colegio Gredos San Diego*
- Los/as deportistas se alojarán en habitaciones con literas de entre 4 y 6 plazas.
- Todas las comidas se realizan en el comedor del colegio.



Federación Madrileña de Balonmano

# PROGRAMA BAMARÉN



Comunidad de Madrid

## 5. ACTIVIDADES

HORARIO TIPO, aproximado. Las actividades y horarios concretos se les comunicará a los deportistas cada jornada.

Hora	Día 1	Día 2	Día 3
08:30	INCORPORACIÓN	Desayuno	Desayuno
09:30	Sesión 1	Sesión 1	COMPETICIÓN
11:30	Taller 1	Taller 1	Taller 3
13:30	Comida	Comida	SALIDA
17:00	Sesión 2	Sesión 2	
19:00	Taller 2	Taller 2	
21:00	Cena	Cena	
23:00	Descanso	Descanso	

## 6. NORMAS DE COMPORTAMIENTO

Esta actividad tiene unas normas básicas de comportamiento y convivencia. El no cumplimiento de estas normas podría causar la expulsión inmediata de la actividad. El deporte y en este caso más concreto el balonmano debe ser, entre otras, una herramienta educativa y la Federación Madrileña de Balonmano considera este aspecto como una de sus prioridades en todas sus actividades. Debemos ser especialmente cuidadosos con el comportamiento, pues vamos a representar al Balonmano Madrileño y por extensión, a toda nuestra comunidad autónoma.

### EN EL ALOJAMIENTO

Se respetarán los horarios marcados por los entrenadores, especialmente en los horarios indicados para el descanso.

Solo se podrá estar en los pasillos, vestíbulos, escaleras, en el tiempo imprescindible para el tránsito.

Solo se podrá estar en las habitaciones asignadas a cada deportista.



Federación Madrileña de Balonmano

# PROGRAMA BAMARÉN



## **EN EL TIEMPO LIBRE**

Se respetarán los horarios de llegada a los puntos de encuentro tras los períodos de tiempo libre.

Cuando salgamos, lo haremos en grupo, nunca un deportista solo. Está totalmente prohibido fumar y consumir cualquier tipo de bebidas alcohólicas y/o drogas.

Queda completamente prohibido subir en cualquier vehículo de transporte sin la debida autorización del jefe de expedición.

## **EN LOS ENTRENAMIENTOS Y PARTIDOS**

Cuidar y transportar el material colectivo (balones, petos, botiquín) es tarea de todos. Cada deportista debe encargarse de revisar su material individual antes de salir a las actividades. En caso de no llevar todo lo necesario, podría quedarse sin actividad.

Debemos tener el máximo respeto con nuestros compañeros, equipo contrario y árbitros antes, durante y después de los partidos.

Debemos respetar igualmente las instalaciones, haciendo buen uso de ellas.

Cada deportista deberá tener su propia botella de agua, no pudiéndose compartir.

## **NORMAS GENERALES:**

Está prohibido auto medicarse. Ante cualquier problema físico debemos dirigirnos a nuestro entrenador y/o jefe de expedición. En cualquier caso, será el médico el que tome la decisión a adoptar.

La cuantía económica de los desperfectos causados por actos vandálicos será facturada al causante de forma inmediata.

***NOTA: EL INCUMPLIMIENTO DE CUALQUIERA DE LAS NORMAS, ESTARÁ SUJETO A LA APLICACIÓN DE LAS SANCIONES DISCIPLINARIAS CORRESPONDIENTES***

Recibid un cordial saludo



# PROGRAMA Bamarén



Federación Madrileña de Balonmano

## LISTADO DE JUGADORAS SELECCIONADAS

NOMBRE	CLUB	SELECCIONADA POR
ENARA AGUIRRE BANDA	AD BM VILLAVICIOSA	CDJ
AINHOA REQUES BERRENDERO	BALONMANO ALCOBENDAS	PRUEBAS
IRENE PICAPORTE DOMÍNGUEZ	BALONMANO ALCOBENDAS	PRUEBAS
DIANA MORA ROSES	BALONMANO ALCOBENDAS	PRUEBAS
ROCÍO MARTÍN MIRANDA	BALONMANO ALCOBENDAS	PRUEBAS
ELSA TESTAL SAN JOSÉ	BALONMANO ALCOBENDAS	PRUEBAS
PATRICIA REQUES BERRENDERO	BALONMANO ALCOBENDAS	PRUEBAS
PAULA GARCÍA LÓPEZ	BALONMANO ALCOBENDAS	PRUEBAS
DANIELA JIMÉNEZ LÓPEZ	BALONMANO ALCOBENDAS	CDJ
MARÍA ARNAY MANCEBO	BALONMANO GETASUR	PRUEBAS
CARLA MONTES ESCRIBANO	BALONMANO LEGANÉS	PRUEBAS
LUCÍA CALLEJA VELASCO	BALONMANO LEGANÉS	PRUEBAS
MARÍA GONZÁLEZ LEÓN	BALONMANO LEGANÉS	PRUEBAS
PAOLA CERRATO GARCÍA	BALONMANO LEGANÉS	PRUEBAS
NEKAL SÁNCHEZ GUTIÉRREZ	BALONMANO LEGANÉS	CDJ
CARLA ALONSO MARTÍN	BALONMANO SANSE	CDJ
CARMEN MUÑOZ SALGADO	BALONMANO SANSE	PRUEBAS
CLAUDIA VALERO DE CASTRO	BALONMANO SANSE	PRUEBAS
LEYRE DE ÁVILA DE LA FUENTE	BALONMANO SANSE	CDJ
OLIVIA MOYA PÉREZ	BALONMANO MÓSTOLES	PRUEBAS
ELSA MARTÍN	BALONMANO PARLA	PRUEBAS
PAULA PARRA SÁNCHEZ	BALONMANO PARLA	PRUEBAS
ALBA SÁNCHEZ RODRÍGUEZ	BALONMANO PINTO	PRUEBAS
PAULA GONZÁLEZ OCHOA	BM COSLADA	PRUEBAS
CARLA NIVEIRO MARTÍNEZ	BM COSLADA	CDJ
MAR CANO TORRES	BALONMANO TORREJÓN	PRUEBAS
YAREY GONZÁLEZ REDONDO	BALONMANO TORREJÓN	PRUEBAS
LUNA ROMERO BERDEJO	CD IPLACEA	PRUEBAS
CARLA MUNTEANU	MADRID BASE VILLAVERDE	PRUEBAS
CARLOTA HERNÁNDEZ	MADRID BASE VILLAVERDE	PRUEBAS
JULIA LUCENA MORALES	MADRID BASE VILLAVERDE	PRUEBAS

**Daniel Sánchez-Nieves Fernández**

**Dirección Técnica**

**Federación Madrileña de Balonmano**

Edificio "EL BARCO" - Avda. Sala de los Infantes 1, 6ª planta - MADRID 28034

(+34) 605 570 833 91 364 63 47

[DIRECCIÓN TÉCNICA](#)



Federación Madrileña de Balonmano

# PROGRAMA BAMARÉN



Comunidad de Madrid

**En caso de que el federado sea menor de 18 años, el progenitor firmante, como titular de la patria potestad, asegura y certifica con su firma tener capacidad suficiente, acordada con el otro progenitor, para facilitar este consentimiento**

## AUTORIZACIÓN PARTICIPACIÓN EN LA ACTIVIDAD

D. /Dña. \_\_\_\_\_

con DNI \_\_\_\_\_ como padre, madre o tutor autorizo a

\_\_\_\_\_

con DNI \_\_\_\_\_ a participar con la Federación Madrileña de Balonmano en la Concentración BAMAREN – BUITRAGO DE LOZOYA 2024, que se celebrará desde el 1 hasta el 3 de noviembre de 2024.

Teléfonos en caso de emergencia: \_\_\_\_\_

Firma padre y madre o tutor: \_\_\_\_\_

DNI madre: \_\_\_\_\_

DNI padre: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_

Observaciones (enfermedades, alergias, comidas, etc.):

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**Es imprescindible llevar D.N.I. y tarjeta sanitaria del deportista/a.**



# PROGRAMA BAMARÉN



Federación Madrileña de Balonmano

**En caso de que el federado sea menor de 18 años, el progenitor firmante, como titular de la patria potestad, asegura y certifica con su firma tener capacidad suficiente, acordada con el otro progenitor, para facilitar este consentimiento**

## SOLICITUD PARA ABANDONAR LA EXPEDICIÓN ANTES DE SU FINALIZACIÓN

D. /Dña. \_\_\_\_\_

con DNI \_\_\_\_\_ como padre, madre o tutor de

\_\_\_\_\_ perteneciente al grupo \_\_\_\_\_ solicito recoger a mi hijo/a antes de finalizar la concentración de la expedición debido al siguiente motivo:

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Firma padre y madre o tutor: \_\_\_\_\_

DNI madre: \_\_\_\_\_

DNI padre: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_

**En caso de que el federado sea menor de 18 años, el progenitor firmante, como titular de la patria potestad, asegura y certifica con su firma tener capacidad suficiente, acordada con el otro progenitor, para facilitar este consentimiento**



Federación Madrileña de Balonmano

# PROGRAMA BAMARÉN



## CONSENTIMIENTO INFORMADO FISIOTERAPIA Y MÉDICO

Os informamos que las actividades organizadas por nuestra Federación podrán contar con fisioterapeutas titulados y médico. Su presencia obedece a una finalidad terapéutica, recuperadora o regeneradora, para mejorar el rendimiento y afrontamiento de la competición de los deportistas.

A través de este consentimiento, autorizáis a que vuestro hijo/a pueda ser atendido por los fisioterapeutas y el médico de la FMBM presentes en la actividad y en los entrenamientos de preparación previos al mismo, y a que reciban los tratamientos oportunos (terapias manuales, vendajes funcionales, estiramientos, termoterapia y crioterapia, etc.) siempre y cuando el participante esté de acuerdo en recibirlo y el tratamiento esté justificado. No se incluyen en este apartado técnicas que puedan ser lesivas para el deportista o que supongan un riesgo superior a las técnicas convencionales de fisioterapia ni tampoco la ingesta de medicamentos. Para estas dos últimas excepciones, los fisioterapeutas de la FMBM se pondrán en contacto con el jefe de expedición o el responsable de selecciones para que estos informen a las familias para acordar el tratamiento oportuno.

D. /Dña. \_\_\_\_\_

con DNI \_\_\_\_\_ como padre, madre o tutor **AUTORIZO**

\_a que mi hijo/a \_\_\_\_\_

con DNI \_\_\_\_\_ sea tratado por los fisioterapeutas de la Federación durante la actividad Concentración BAMAREN – BUITRAGO DE LOZOYA 2024, que se celebrará desde el 1 hasta el 3 de noviembre de 2024.

Firma padre y madre o tutor: \_\_\_\_\_

DNI madre: \_\_\_\_\_

DNI padre: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_