



Federación Madrileña de Balonmano

PROGRAMA BAMARÉN



Comunidad de Madrid

GRUPO 2010 FEMENINO

Desde el Área Técnica nos complace comunicar las jugadoras del **GRUPO 2010 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 los jugadores 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	2010 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 jugador/a la siguiente ropa:

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

Además, cada jugador/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 jugador.



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 jugador 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 jugador 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 jugador 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



Federación Madrileña de Balonmano

PROGRAMA Bamarén



Comunidad de Madrid

LISTADO DE JUGADORAS SELECCIONADAS

NOMBRE	CLUB	SELECCIONADO POR
Raquel López Olías	BACOVI	CDJ
María Cristina Pico Rodríguez	Balonmano Alcobendas	PRUEBAS
Sofía Atienza de Diego	Balonmano Alcobendas	PRUEBAS
Amahia Leticia Santacruz Duarte	Balonmano Alcobendas	PRUEBAS
Carmen Álvarez Palomino	Balonmano Alcobendas	PRUEBAS
Elena Siguero González	Balonmano Alcobendas	PRUEBAS
Carolina Muro Bravo	Balonmano Alcobendas	PRUEBAS
Daniela Maroto Hernández	Balonmano Alcobendas	PRUEBAS
Alejandra Hernández Perez	Balonmano Coslada	PRUEBAS
María Cámara Palma	Balonmano Coslada	PRUEBAS
Eva Sánchez Del Valle	Balonmano Coslada	PRUEBAS
Mónica Álvarez Iglesias	Balonmano Leganés	PRUEBAS
Gema Fernández Martin	Balonmano Leganés	PRUEBAS
Paula Gutiérrez Martín	Balonmano Leganés	PRUEBAS
Ainhoa Noemi Macedo Moncada	Balonmano Leganés	PRUEBAS
Rachida Jireth Aragonés Oviedo	Balonmano Leganés	CDJ
Alma García Lorente	Base Villaverde	PRUEBAS
Adriana Salazar Jabonero	Base Villaverde	CDJ
Luz Hernández Ras	C.B.Valdemoro	PRUEBAS
Paula Rodríguez Rodriguez	CB Parla	PRUEBAS
Alba Martin Lopez	CB Parla	PRUEBAS
Irina Elena Coviltir	CB Parla	PRUEBAS
Paula Riosalido García	Club BM Pinto	PRUEBAS
Camila de Sousa Vergara	GETASUR	PRUEBAS
Andrea Losada Sánchez	GETASUR	CDJ
Sol Galvez García	CD Iplacea	PRUEBAS
Marta Bonillo Morente	CD Iplacea	PRUEBAS
Manuela Avello Muñoz	CD Iplacea	PRUEBAS
Elvira Alonso Pérez	CD Iplacea	CDJ
Julia López Mahillo	Móstoles	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](#)



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

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.):

Imprescindible llevar D.N.I. y tarjeta sanitaria del jugador/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 jugadores.

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 jugador 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 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: _____