



Club Atletismo Narón

C.I.F. G-15.215.759

C/ Rio Vespasante, 17 Bj-15570 Narón

PROXECTO

CLUB ATLETISMO

NARÓN

TEMPADA 2019/2020



Club Atletismo Narón

C.I.F. G-15.215.759

C/ Rio Vespasante, 17 Bj-15570 Narón

INTRODUCCIÓN

O novo proxecto pretende revitalizar o atletismo en Narón i en toda a comarca de Ferrolterra, potenciando as fortalezas e pulindo as debilidades dunha estrutura que a pesar do gran esforzo aplicado non consegue acadar tódolos obxectivos básicos que consideramos primordiais nun Club desta entidade.

O cambio fundamentase nun gran torrente de novas ideas que xorden con forza no equipo xestor e directivo. Un cambio drástico no xeito de afrontar o presente, planificando o futuro, pero sen perder a identidade do pasado.

O proxecto xira en torno á figura do DIRECTOR TÉCNICO DEPORTIVO. Unha persoa altamente cualificada e con ampla experiencia na práctica do atletismo así como na xestión deportiva e federativa.

O obxectivo fundamental deste gran cambio no organigrama do Club, é acadar que a XESTIÓN DEPORTIVA se converta na cuestión principal e motor propulsor da evolución que se agarda. Unha Xestión Profesionalizada, orientada primordialmente á promoción do atletismo de base e competición.

Para afrontar con garantías e forza este novo reto, é fundamental contar có apoio da masa social, así como a implicación activa de tódolos compoñentes do Club a tódolos niveis. Unha idea común de renovación, cambio e impulso para conseguir os obxectivos, onde todos aporten ideas, comentarios e críticas construtivas que permitan establecer un proceso de mellora continua.



Club Atletismo Narón

C.I.F. G-15.215.759

C/ Rio Vespasante, 17 Bj-15570 Narón

HISTORIA

Fai mais de trinta anos que se fundou o CLUB ATLETISMO NARÓN. Transcorría o ano 1988 cando un grupo de cinco naroneses se reunía para fundalo. Dese xeito poñíase a primeira pedra para que en Narón se puidese desenrolar a práctica deportiva do atletismo, xa que ata o momento nunca antes existira esa figura no noso Concello.

Dese xeito o Club colabora activamente dende o seu inicio no fomento da actividade saudable, e no crecemento persoal das rapazas e rapaces de Narón.

Dende os primeiros anos, o Club convertese en referente do atletismo na comarca i en Galicia, gracias ó gran traballo realizado nas escolas. Xa no ano 1991 se constata a presenza de atletas do Club en campionatos nacionais de categoría cadete, sendo uns anos mais tarde cando chegarían os primeiros éxitos a nivel nacional con campións e medallistas individuais en distintas disciplinas e categorías. En menos de dez anos de existencia o Club acadaría a primeira división nacional có seu equipo feminino absoluto. Outra labor importante do Club no desenvolvemento atlético dos rapaces e rapazas de Narón, permitindo acadar importantes éxitos persoais e colectivos.

Fomentando a cultura atlética coa presenza en xornadas formativas e lúdicas, de atletas tan importantes como Jordi Llopart ou Andrés Díaz entre outros. Así mesmo, nas filas do Club estiveron enrolados atletas como Belén Toimil, Alessandra Aguilar, Javier Gómez Noya, Iván Raña, David Martínez Varela, Samuel Paz, María Romero, José Cendán, María José Gregorio, Belén Nieto, Rosa Sierra, Carmen Martínez, Pablo Ruiz, Juan Bogo, Gustavo Platas, e un longo etcétera.

Foi tamén un Club pioneiro na profesionalización e regularización contractual dos monitores de Club.



Club Atletismo Narón

C.I.F. G-15.215.759

C/ Rio Vespasante, 17 Bj-15570 Narón

Na súa andadura, o Club contou có apoio institucional (Concello de Narón, Xunta de Galicia, Deputación da Coruña, Fundación Deporte Galego, Federación Galega de Atletismo, Real Federación Española de Atletismo), pero tamén do sector privado con importantes axudas de empresas referentes a nivel comarcal, autonómico, nacional e internacional, destacando entre outras as que se relacionan de seguido.

Adidas	Construcciones Canosa	Metal Ferrol
Alain Afflelou	Const. López Galdo	Muebles Covi
Altafit	Derdieco	Muebles Fembyc
Artabro-Samdeu	Elecnaval	Óptica Narón
Automoviles Alca	ElectroRayma	Pinturas Garmeí
Autos Paco	Eroski	Puertas Santiago Pérez
BF Stamp	Estrato	Sedega
Cadena Dial	Ferretería Sanesteban	Sedes
Caixa Galicia	Floristería Sedes	Serga Motor
Caixa Nova	Forove	Suministros Muiño
Caja Madrid	Frutas Volvoretá	Sytgál
Camara de Comercio	Gabadi	Taberna do Feal
Camuyde	IGF	Talleres Maiztegui
Cándido Hermida	Imprenta Santa Rita	Tapicería Justo
Carroceros del Noroeste	Intaf	Tecman
Casa Alonso	Leyma	TecMed (Urbaser)
Casa Becerra	M. Muiño	Toinga
Centro Óptico Narón	Madeirame de Galicia	Tuimar
Coca Cola	Madeiras Lamas	Tuimil Electricidad
Cocinas Sierra	Maderas Fernández	Viña Costeira
Codeal	Megasa	Vista Óptica



Club Atletismo Narón

C.I.F. G-15.215.759

C/ Rio Vespasante, 17 Bj-15570 Narón

ACTUALIDADE

Na actualidade o Club conta cunhas 150 licencias de atletas entre tódalas categorías.

Entre elas, unha ilusionante canteira onde os rapaces e rapazas mais novos son a garantía do futuro. É por iso que temos a obriga de garantir o “crecemento” de todos eles (e moitos máis) como persoas e como atletas dentro do Club, de tal xeito que os atletas da base retroalimenten a estrutura atlética dos equipos absolutos.

Coa ilusión e esforzo colectivo, conseguíuse manter durante moitos anos un equipo na primeira división nacional, nesta derradeira etapa có seu equipo masculino absoluto. Un gran éxito para un club modesto como o noso.

Nos últimos dous anos xurdiu con forza a sección máster do Club, froito unha vez mais da ilusión do grupo.

Polo tanto dispoñemos no presente dunha completa escalazón deportiva que servirá de base para garantir o futuro.

Destaca en xeral a gran calidade humana dos compoñentes do Club, así como o esforzo e traballo para levar adiante a entidade.

Na actualidade o Club conta con mais de 100 socios, o cal debe de ser un dos piares nos que se sosteña o Club para promociona-lo deporte.



Club Atletismo Narón

C.I.F. G-15.215.759

C/ Rio Vespasante, 17 Bj-15570 Narón

FUTURO

Conscientes de que temos moitas cuestións que mellorar, así como da realidade existente no atletismo galego e nacional, vemos a necesidade dun cambio para poder evolucionar. Estamos decididos a realizar unha gran renovación a tódolos niveis.

Incrementar o número de atletas, colaboracións con clubs, asociacións, así como aumentar o número de socios. Unha nova etapa na que se volverán a conseguir atletas de Narón de alto nivel, e o retorno como Club á élite nacional.

Dentro da nosa folla de ruta para o cambio, enumeramos os seguintes plans de acción:

- * Organización de eventos (carreiras populares, cross, torneos e controis de pista).
- * Dinamización do atletismo en Narón e comarca (campañas de captación en concellos, colexios e asociacións de veciños tanto na zona urbana como na rural).
- * Formación e fomento (impartir cursos de adestrador e xuíz de atletismo, traballamos a marca empregadora para aqueles con dificultades laborais).
- * Responsabilidade social: preocupados pola sociedade da comarca, integrador, participativo e conciliador (creación do “Atletismo inclusivo”, un novo servizo para aqueles colectivos en risco de exclusión social).



Club Atletismo Narón

C.I.F. G-15.215.759

C/ Rio Vespasante, 17 Bj-15570 Narón

OBXECTIVOS

Os principais obxectivos do proxecto son os seguintes:

- FOMENTAR o atletismo no ámbito educativo en Narón, mediante xornadas atléticas nos propios colexios en horario lectivo.
- IMPULSAR a labor de promoción do atletismo, e captación orientada para atraer novos atletas ás escolas do Club.
- PROMOCIONAR as categorías de base, mediante unha atención persoalizada, ampliación de horarios das escolas, seguimento e orientación deportiva.
- MELLORAR e perfeccionar a evolución deportiva dos atletas, mediante un equipo técnico cualificado, profesionalizado e implicado no adestramento e competición.
- ACADAR unha estrutura deportiva na que se formen equipos femininos e masculinos en tódalas categorías, que facilite a promoción e mellora dos atletas das escolas do Club.
- CONSOLIDAR o Club Atletismo Narón como referente no atletismo Local, Provincial e Autonómico.

PRINCIPIOS E VALORES

- PARTICIPAR con dereito e liberdade nas actividades do Club.
- COMPLEMENTAR a formación persoal dos nenos e nenas.
- INCULCAR o respecto, humildade, cooperación, compañeirismo e diversión.
- APRENDER o esforzo, sacrificio, e traballo en equipo a través do deporte.
- PERMITIR a realización persoal e deportiva no ámbito atlético.
- COLABORAR na inclusión de tódalas persoas sen discriminación.



Club Atletismo Narón

C.I.F. G-15.215.759

C/ Rio Vespasante, 17 Bj-15570 Narón

ESTRUTURA TÉCNICA: DIRECTOR TÉCNICO DEPORTIVO

Funcións principais 1 (Xestión e Coordinación)

- ✓ Coordinación do equipo técnico; Seguimento e control de adestradores.
- ✓ Organización e coordinación dos grupos de adestramento.
- ✓ Coordinación de Proxectos de Captación (Colexios de Narón).
- ✓ Coordinación de Escolas descentralizadas (Concellos da Comarca).
- ✓ Asesoramento persoalizado de rapaces e rapazas das escolas.

Funcións principais 2 (Deportivas)

- ✓ Adestramento.
- ✓ Seguimento de atletas do Club.
- ✓ Seguimento de atletas e Clubs Asociados.
- ✓ Seguimento de atletas externos (fichaxes...).
- ✓ Planificación e Organización de equipos (tódalas categorías).

Funcións secundarias (Administración)

- ✓ Xestión de Licencias (Escolares, Federadas).
- ✓ Xestión de inscricións en competicións.

Funcións complementarias

- ✓ Coordinar / tutorizar convenios de prácticas (Adestradores).
- ✓ Coordinar / promocionar Servicio de Oposicións.



Club Atletismo Narón

C.I.F. G-15.215.759

C/ Rio Vespasante, 17 Bj-15570 Narón

ESTRUTURA TÉCNICA: ADESTRADORES DE CLUB

Dependendo do Director Técnico, quen se encargará de supervisar a metodoloxía de adestramento así como de coordinar o traballo dos adestradores, haberá unha estrutura de técnicos que se adaptará ás necesidades dos atletas e do conxunto.

Todos os adestradores disporán de formación específica adaptada á labor que van a desenrolar dentro do grupo de traballo.

A organización dos grupos de adestramento será de tal xeito que se busquen os seguintes obxectivos principais, adaptado no seu caso a cada nivel:

- Atención persoalizada do atleta (Orientación cara ás disciplinas mais axeitadas en función das características e cualidades persoais).
- Integración no grupo (Fomentando o traballo colaborativo e o espírito de equipo).
- Seguimento do atleta (Planes de adestramento, Evolución deportiva, Control en función das idades e capacidades).
- Orientación competitiva (Fomentando a participación, establecendo obxectivos, e asesorando ó atleta na propia competición).

Adestradores nivel 1 (Base - Iniciación)

- ✓ Adestramento de categorías SUB-8 e SUB-10.
- ✓ Un adestrador por cada 10-15 atletas.
- ✓ Grupos: 2 días á semana; 1 hora diaria.
- ✓ Horario: Luns, Mércores, Venres. De 16:30 a 19:30h (grupo a escoller).
 - Grupo 1: 16:30h a 17:30h
 - Grupo 2: 18:00h a 19:00h



Club Atletismo Narón

C.I.F. G-15.215.759

C/ Rio Vespasante, 17 Bj-15570 Narón

Adestradores nivel 2 (Base - Perfeccionamento)

- ✓ Adestramento de categorías SUB-12 e SUB-14.
- ✓ Un adestrador por cada 10-15 atletas.
- ✓ Grupos: 3 días á semana; 1,5 horas diarias.
- ✓ Horario: Luns, Mércores, Venres. De 16:30 a 19:30h (grupo a escoller).
 - Grupo 1: 16:30h a 18:00h
 - Grupo 2: 18:00h a 19:30h

Adestradores nivel 3 (Avanzado)

- ✓ Adestramento de categorías SUB-16 e superiores.
- ✓ 1 adestrador por cada 10-15 atletas. Agrupados por especialidades.
 - Adestrador Fondo
 - Adestrador velocidade + vallas + saltos horizontais
 - Adestrador Saltos verticais
 - Adestrador Lanzamentos
 - Adestrador Marcha
- ✓ Grupos: 4-6 días á semana; 2 horas diarias.
- ✓ Horario: De Luns a Venres. De 16:00 a 22:00h (grupo a escoller).
 - Grupo 1: 16:00h a 18:00h
 - Grupo 2: 18:00h a 20:00h
 - Grupo 3: 20:00h a 22:00h
- ✓ Horario: Sábados. De 10:00 a 12:00h.



Club Atletismo Narón

C.I.F. G-15.215.759

C/ Rio Vespasante, 17 Bj-15570 Narón

ESTRUTURA TÉCNICA: ESCOLAS DESCENTRALIZADAS

Xestión de Escolas Municipais conveniadas con Concellos da comarca que actualmente non dispoñen de Escola de Atletismo. Serían un total de entre 5 e 10 Concellos.

Adestradores Concellos

- ✓ Adestramento de categorías SUB-8 ata SUB-12.
- ✓ Grupos: 2 días á semana; 1 hora diaria.
- ✓ Horario: Segundo convenio en cada Concello.
- ✓ A partir de SUB-14, acudirían á pista en Narón.
- ✓ Condicións variables en función dos acordos particulares.

Xestión do atletismo como actividade extraescolar en colexios de Narón e comarca. Para facilitar o coñecemento do atletismo a aquelas rapazas e rapaces que non teñen posibilidade de achegarse ata a pista de atletismo. Serán conveniadas coas ANPAs dos colexios que desexen ofertar a actividade no seu centro educativo.

Adestradores Colexios

- ✓ Adestramento de categorías SUB-8 ata SUB-12.
- ✓ Grupos: 2 días á semana; 1 hora diaria.
- ✓ Horario: Segundo convenio en cada Colexio.
- ✓ A partir de SUB-14, acudirían á pista de atletismo.
- ✓ Condicións variables en función dos acordos particulares.



Club Atletismo Narón

C.I.F. G-15.215.759

C/ Rio Vespasante, 17 Bj-15570 Narón

ESTRUTURA TÉCNICA: VARIOS

Como complemento á oferta xeral, desenrolaranse actividades que permitan fortalecer a estrutura técnica e ampliar os servicios para os usuarios.

- ✓ Preparación de oposicións.
- ✓ Ximnasia de mantemento.
- ✓ Campus de Nadal, Semana Santa e Verán.
- ✓ Colaboración con outros Clubs ou entidades da comarca, para xerar sinerxias positivas.
- ✓ ...

ESTRUTURA TÉCNICA: CRITERIOS

Como idea principal, a necesidade de que os técnicos deportivos que formen parte do Club teñan unha formación técnica axeitada, con título de adestrador ou monitor, e sobre todo con forza e ilusión para transmitirle ós atletas.

Tódolos técnicos deberán de integrarse nun grupo de traballo, e nun proceso de formación continua acadando un título de adestrador ou equivalente si non dispoñen del ou acadando un nivel superior ó que dispoñen.

O equipo de traballo terá que posuír os valores e a ética propia do Club, e ademais esforzarse por transmitila ós seus discípulos.



Club Atletismo Narón

C.I.F. G-15.215.759

C/ Rio Vespasante, 17 Bj-15570 Narón

CAPTACIÓN

Como actividade específica, realizarase un proxecto de captación en Colexios de Narón, orientado a difusión deste deporte, así como captación de atletas para as escolas deportivas do Club.

Definirase o proxecto en base ás seguintes cuestións básicas:

- ✓ Xornadas específicas en horario lectivo, nos propios centros de ensino.
- ✓ Dar a coñecer a actividade, e ofrecer a posibilidade de que os rapaces e rapazas asistan ás escolas do Club.
- ✓ Execución de probas básicas que permitan detectar rapaces e rapazas con cualidades e capacidades específicas para a práctica do atletismo.
- ✓ Información persoalizada a cada un dos participantes sobre os resultados das probas realizadas.
- ✓ Competición intercentros ó finalizar as xornadas de captación en cada un deles, na pista de atletismo para dar a coñecer as instalacións e o medio.
- ✓ Memoria específica do traballo realizado, para entregar a cada centro colaborador.
- ✓ Difusión nos medios de comunicación, da labor formativa realizada.

ACTIVIDADES DE FOMENTO DO ATLETISMO

- ✓ Campus de Nadal, Semana Santa e Verán.
- ✓ Xornadas de Atletismo en zonas públicas.
- ✓ Publicidade do Club en eventos deportivos.
- ✓ ...



Club Atletismo Narón

C.I.F. G-15.215.759

C/ Rio Vespasante, 17 Bj-15570 Narón

OBXECTIVOS DEPORTIVOS A CORTO-MEDIO PRAZO (1-3 anos)

- ✓ Acadar as 300 licencias de atletas
- ✓ Acadar unha alta participación dos atletas do Club en competicións atléticas de todo tipo.
- ✓ Participación dos equipos SUB-10 Masculino e Feminino en tódolos campionatos galegos a nivel escolar e federado.
- ✓ Participación dos equipos SUB-12 Masculino e Feminino en tódolos campionatos galegos a nivel escolar e federado.
- ✓ Participación dos equipos SUB-14 Masculino e Feminino en tódolos campionatos galegos a nivel escolar e federado.
- ✓ Participación dos equipos SUB-16 Masculino e Feminino en tódolos campionatos galegos a nivel escolar e federado.
- ✓ Equipo Masculino Absoluto. Retorno a primeira división nacional, cun equipo formado por ó menos un 50% de atletas de Narón e comarca.
- ✓ Equipo Feminino Absoluto. Acadar nivel competitivo no ámbito autonómico, cun equipo formado por ó menos 75% de atletas de Narón e comarca.
- ✓ Equipo Masculino Máster. Ascenso a Segunda división nacional, cun equipo formado por máis do 75% de atletas de Narón e comarca.
- ✓ Equipo Feminino Máster. Acadar nivel competitivo no ámbito autonómico, cun equipo formado por máis do 75% de atletas de Narón e comarca.



Club Atletismo Narón

C.I.F. G-15.215.759

C/ Rio Vespasante, 17 Bj-15570 Narón

IGUALDADE, CONCILIACIÓN, INCLUSIÓN SOCIAL

Un club sensibilizado coa dificultade existente en la comarca no tocante ó emprego, o novo proxecto de Club pretende introducir unha nova oportunidade laboral en Narón, converténdose nunha entidade empregadora e formadora, creando postos de traballo estables que permitan un desenrolo persoal i económico dos técnicos colaboradores no Club, e ofertando unha saída laboral para aquelas persoas que teñen formación e que sendo apaixonadas do deporte non atopan traballo no sector.

Como punta de lanza, o fomento da igualdade, creando as estruturas e medios que permitan formar atletas i equipos femininos en igual medida que os masculinos.

Importante, o fomento da conciliación familiar, intentando potenciar directamente fórmulas para atletas que teñen dificultades de acceso á práctica do deporte por motivos familiares ou de estudos. Exemplo: a disposición de ludotecas ou centros de estudos compatibles cós horarios de adestramento.

Un proxecto no que o Club se preocupa tamén de cuestións como a inclusión social, fomentando a integración de rapaces e rapazas en risco de exclusión social. Permitindo que a través do deporte se realicen como persoas e se integren na sociedade, facilitando os medios persoais para que mediante convenios con empresas e entidades poidan desenvolver a súa vida dun xeito adecuado dentro da sociedade naronesa, etc.



Club Atletismo Narón

C.I.F. G-15.215.759

C/ Rio Vespasante, 17 Bj-15570 Narón

COMUNICACIÓN E REDES SOCIAIS

Continuando coa labor comezada nos últimos anos, o novo proxecto participará moi activamente nas redes sociais, có obxectivo de difundir a súa actividade en tódolos ámbitos, de manter informados ós seus compoñentes e á sociedade en xeral, de fomentar o atletismo e a actividade do Club, de dar visibilidade a empresas e socios colaboradores. Para esta labor contaremos cunha responsable de comunicación con ampla experiencia neste ámbito.

En definitiva, un espacio de atletismo virtual onde todos se sintan informados, integrados, e ilusionados. Onde todos sexan coñecedores e partícipes do proxecto. Onde se poida escoitar, opinar e contribuír á mellora do Club, do atletismo, e da sociedade en xeral.

IMAXE E MARKETING

O proxecto buscará crear unha imaxe de marca, unha identidade non só para os compoñentes do Club, senón un referente para toda a sociedade naronesa.

A folla de ruta a seguir neste ámbito é a seguinte:

- * Creación de roupa coa marca “Club Atletismo Narón” para uso diario (pantalón curto, polo, sudadeira...)

- * Presencia con stand en eventos da comarca gracias ós convenios colaborativos con clubs/asociacións e organizadores de eventos da mesma nos que damos a coñecer o atletismo e os nosos servicios.



Club Atletismo Narón

C.I.F. G-15.215.759

C/ Rio Vespasante, 17 Bj-15570 Narón

BENEFICIOS SOCIAIS

Un punto importante para favorecer ós socios do Club, será a oferta de beneficios mediante convenios en distintos tipos de actividades como ximnasios e clubs deportivos, así como en servicios de todo tipo.