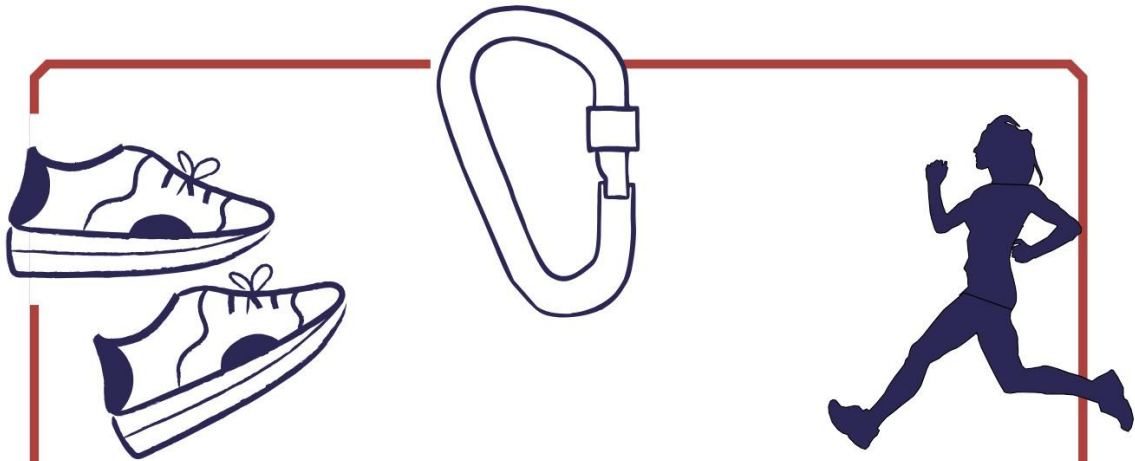




PROGRAMAS DE RENDIMIENTO

2025-2026

**FEDERACIÓN NAVARRA DE DEPORTES DE
MONTAÑA Y ESCALADA**



Mendi eta Eskalada
Kirolen Napar Federakundea
Federación Navarra de
Deportes de Montaña y Escalada

**Nafarroako
Gobernua**  **Gobierno
de Navarra**

1. PROGRAMAS RENDIMIENTO FNDME

Los planes de rendimiento, a través del **Instituto Navarro de Deporte y Juventud** y en colaboración con la Federación Navarra de deportes de Montaña y escalada, tienen como objetivo prioritario ofrecer a los y las deportistas de las diferentes modalidades, un **abanico de entrenamientos (técnico-tácticos y físicos), medidas de fomento y beneficios**, encaminados a la mejora de su **desarrollo deportivo y personal**.

Se pueden diferenciar dos programas, **tecnificación** (mínimo 4 y máximo 15 por programa) y **perfeccionamiento** (máximo 30 personas por federación mínimo 4 por programa).

En la federación de montaña y escalada hay tres deportes en los que estos programas se llevan a cabo: **carreras por montaña, escalada y esquí de montaña**.

Los programas tienen una duración de 12 meses comprendidas de septiembre a septiembre. Cada septiembre se renuevan las plazas de los programas teniendo en cuenta los resultados obtenidos en el año anterior.

Requisitos generales para poder participar en los programas de rendimiento:

- Haber nacido en Navarra o con empadronamiento en la Comunidad Foral con anterioridad al 1 de enero de 2025
- En los programas de tecnificación se aceptará la participación de deportistas sin empadronamiento cuando pertenezcan a un equipo referente de un proyecto de estructuración, supervisado y aprobado por el INDAF (Instituto Navarro del Deporte y la Actividad Física), o la FMIF (Fundación Miguel Indurain Fundazioa), pertenezcan a un club navarro y desarrollen la actividad de tecnificación dentro del grupo autorizado. No obstante, en ningún caso adquirirán la catalogación de deportistas de Rendimiento otorgada por Navarra.
- En los programas de perfeccionamiento se aceptará la participación de deportistas sin empadronamiento en Navarra siempre y cuando estén en posesión de la licencia federativa en vigor expedida por la correspondiente federación navarra y representen a Navarra en los Campeonatos de España. No obstante, en ningún caso adquirirán la catalogación de deportistas de Rendimiento otorgada por Navarra.

2. CARRERAS POR MONTAÑA

2.1. PERFECCIONAMIENTO

Se considerarán programas de perfeccionamiento aquellos que engloben actuaciones dirigidas a la **mejora del rendimiento deportivo individual** y vayan destinados a deportistas que con **contrastado nivel y progresión deportiva no cumplen con los criterios de tecnificación** o, cumpliendo con tales, su federación no dispone de programa de tecnificación, bien porque no lo contemplan o bien porque no cumplen el requisito de número mínimo de deportistas o de edad.

El equipo de perfeccionamiento de carreras por montaña contará con un máximo de **10 deportistas**.

2.1.1. Selección de deportistas

1. Haber nacido en Navarra o con empadronamiento en la Comunidad Foral con anterioridad al 1 de enero de 2025
2. Estar en posesión y en vigor de la licencia deportiva navarra por la modalidad correspondiente
3. Serán deportistas nacidos entre 1995 y 2013 (ambos incluidos), excepto en aquellas modalidades deportivas que por sus especiales características y a petición motivada de la correspondiente federación deportiva, el INDAF, a través de la subdirección de Atención a Entidades y Rendimiento Deportivo, pueda considerar la inclusión de deportistas de otras edades.
4. Los resultados deportivos obtenidos por los y las deportistas que les da acceso al programa de tecnificación han tenido que ser logrados en los dos últimos años, es decir en el periodo comprendido entre el 1 de septiembre de 2023 y la fecha de presentación de la solicitud.

2.1.2. Nivel deportivo

Ya que las carreras por montaña son un deporte individual y no olímpico los requisitos exigidos para participar en el programa son los siguientes:

- **Categoría ABSOLUTA: 8 primeros puestos en campeonatos de España**, con al menos, 10 participantes y 8 CCAA representadas. O 5 primeros puestos en caso contrario.
- **Categorías INFERIORES: 5 primeros puestos en campeonatos de España.**

2.1.3. Deportistas de Apoyo

Los deportistas de apoyo son deportistas que pueden participar en el programa de perfeccionamiento para garantizar mejores condiciones de entrenamiento para el resto. Estos deportistas no tienen la cualificación, en ningún caso, de deportistas de rendimiento por esta razón.

En caso de no completarse las 10 plazas para el equipo de perfeccionamiento con los resultados deportivos, se podrán seleccionar a otros deportistas, como deportistas de apoyo.

Los/las deportistas de apoyo serán seleccionados valorando los resultados obtenidos en las competiciones del año anterior. Las principales herramientas de captación son los campeonatos navarros, las jornadas de JDN y otras valoraciones de los/las técnicos/as que den opción a participar en el programa.

- **Criterio técnico:** cabe destacar que conseguir esos puestos te habilita a optar a una plaza, NO te la asegura. El criterio técnico estará presente y será trascendental en todas las elecciones.

2.1.4. Duración y frecuencia.

El programa de perfeccionamiento de carreras por montaña tendrá un total de 1 entrenamiento mensual (último miércoles de cada mes de 17:00-20:30) obligatorio, dos concentraciones de fin de semana y tres sesiones teórico prácticas anuales obligatorias.

2.1.5. Asistencia.

Cada participante deberá **asistir como mínimo a un 75% de las sesiones convocadas.**

2.1.6. Otras condiciones a cumplir por los y las deportista y equipo técnico.

- Firmar el contrato de la FNDME.
- Cumplir las normas y el código ético del Equipo de Perfeccionamiento de la FNDME.
- Cumplir las normas, los acuerdos generales y los acuerdos particulares a los que se compromete cada deportista de manera individual y colectiva con el equipo, su familia, los clubes y el o la entrenadora.

- Asistir al llamamiento de la Selección Navarra de carreras por montaña cuando el/la deportista sea convocado/a. En este caso los y las deportistas deberán tener la tarjeta FEDME (tarjeta federativa española tramitada a través de la FNDME) en vigor.

3. ESCALADA DEPORTIVA

3.1. TECNIFICACIÓN

Se considerarán programas de tecnificación aquellos que introduzcan sistemáticamente **planteamientos técnicos y científicos** modernos y engloben **actuaciones dirigidas a la mejora del rendimiento deportivo y la obtención de resultados cualitativos y cuantitativos**.

Este programa contará con la participación en el mismo de los y las mejores deportistas de la modalidad, con arreglo a criterios técnicos objetivos, (resultados oficiales, posiciones en el ranking, número de convocatorias con la selección), alcanzará un mínimo de sesiones en horario concreto durante el período de desarrollo del programa, contará al menos con una instalación principal y estará dirigido por una o un miembro del personal técnico y entrenador o entrenadora responsable de la programación de los entrenamientos, concentraciones y otras actividades necesarias para alcanzar los objetivos previstos en la misma.

Este programa tendrá una participación **mínima de 4 deportistas y máxima de 15**.

3.1.1. Selección de deportistas

1. Haber nacido en Navarra o con empadronamiento en la Comunidad Foral con anterioridad al 1 de enero de 2025.
2. Estar en posesión y en vigor de la licencia deportiva navarra por la modalidad correspondiente
3. Serán deportistas nacidos entre 1995 y 2010 (ambos incluidos), excepto en aquellas modalidades deportivas que por sus especiales características y a petición motivada de la correspondiente federación deportiva, el INDAF, a través de la subdirección de Atención a Entidades y Rendimiento Deportivo, pueda considerar la inclusión de deportistas de otras edades.

4. Los resultados deportivos obtenidos por los y las deportistas que les da acceso al programa de tecnificación han tenido que ser logrados en los dos últimos años, es decir en el periodo comprendido entre el 1 de septiembre de 2023 y la fecha de presentación de la solicitud.

3.1.2. Nivel deportivo

Ya que la escalada es un deporte individual, olímpico y no exige una marca mínima, estos son los requisitos deportivos para la entrada en el equipo de tecnificación:

- Categorías INFERIORES: Estar entre los **3 primeros en Campeonatos de España.**
- Categoría ABSOLUTA: Estar entre los **5 primeros en Campeonatos de España.**

3.1.3. Duración y frecuencia

El programa de tecnificación de escalada tendrá un total de 3 entrenamientos semanales (lunes, miércoles y jueves) y 10 clinics anuales.

En los clinics se llevarán a cabo diferentes actividades formativas tanto teóricas como prácticas.

3.1.4. Asistencia.

Cada participante deberá asistir como **mínimo a un 75% de las sesiones convocadas.**

3.1.5. Otras condiciones a cumplir por los y las deportista y equipo técnico.

- Firmar el contrato de la FNDME
- Cumplir las normas y el código ético del Equipo de Tecnificación de la FNDME.
- Cumplir las normas, los acuerdos generales y los acuerdos particulares a los que se compromete cada deportista de manera individual y colectiva con el equipo, su familia, los clubes y el o la entrenadora.
- Realizar un reconocimiento médico y un ecocardiograma por parte del CEIMD.

- Asistir al llamamiento de la Selección Navarra de Escalada cuando el/la deportista sea convocado/a. En este caso los y las deportistas
- deberán tener la tarjeta FEDME (tarjeta federativa española tramitada a través de la FNDME) en vigor.
- Participar en los Campeonatos Navarros de la Modalidad.
- Participar en los JUEGOS DEPORTIVOS DE NAVARRA de su categoría.

3.2. PERFECCIONAMIENTO

Se considerarán programas de perfeccionamiento aquellos que engloben actuaciones dirigidas a la **mejora del rendimiento deportivo individual** y vayan destinados a deportistas que con **contrastado nivel y progresión deportiva no cumplen con los criterios de tecnificación** o, cumpliendo con tales, su federación no dispone de programa de tecnificación, bien porque no lo contemplan o bien porque no cumplen el requisito de número mínimo de deportistas o de edad.

3.2.1. Selección de deportistas

1. Haber nacido en Navarra o con empadronamiento en la Comunidad Foral con anterioridad al 1 de enero de 2025
2. Estar en posesión y en vigor de la licencia deportiva navarra por la modalidad correspondiente
3. Serán deportistas nacidos entre 1995 y 2013 (ambos incluidos), excepto en aquellas modalidades deportivas que por sus especiales características y a petición motivada de la correspondiente federación deportiva, el INDAF, a través de la subdirección de Atención a Entidades y Rendimiento Deportivo, pueda considerar la inclusión de deportistas de otras edades.
4. Los resultados deportivos obtenidos por los y las deportistas que les da acceso al programa de tecnificación han tenido que ser logrados en los dos últimos años, es decir en el periodo comprendido entre el 1 de septiembre de 2023 y la fecha de presentación de la solicitud.

.1.2. Nivel deportivo.

Ya que la escalada es un deporte individual, olímpico y no exige una marca mínima, estos son los requisitos deportivos para la entrada en el equipo de perfeccionamiento:

- Categoría ABSOLUTA e INFERIOR: Estar entre los **20** primeros puestos en **Campeonatos de España o ranking nacional** o **4** primeros puestos en **Campeonato navarro**.

.1.3. Deportistas de Apoyo

Los deportistas de apoyo son deportistas que pueden participar en el programa de perfeccionamiento para garantizar mejores condiciones de entrenamiento para el resto. Estos deportistas no tienen la cualificación, en ningún caso, de deportistas de rendimiento por esta razón.

En caso de no completarse las 10 plazas para el equipo de perfeccionamiento con los resultados deportivos, se podrán seleccionar a otros deportistas, como deportistas de apoyo, siguiendo diferentes criterios:

- **Criterio técnico:** cabe destacar que conseguir esos puestos te habilita a optar a una plaza, NO te la asegura. El criterio técnico estará presente y será trascendental en todas las elecciones.

.1.4. Duración y frecuencia.

El programa de perfeccionamiento de escalada tendrá un total de 2 entrenamientos al mes y 10 clinics anuales.

En los clinics se llevarán a cabo diferentes actividades formativas tanto teóricas como prácticas.

.1.5. Asistencia.

Cada participante deberá **asistir como mínimo a un 75% de las sesiones convocadas**.

.1.6. Otras condiciones a cumplir por los y las deportista y equipo técnico.

- Firmar el contrato de la FNDME.
- Cumplir las normas y el código ético del Equipo de Perfeccionamiento de la FNDME.

- Cumplir las normas, los acuerdos generales y los acuerdos particulares a los que se compromete cada deportista de manera individual y colectiva con el equipo, su familia, los clubes y el o la entrenadora.
- Asistir al llamamiento de la Selección Navarra de Escalada cuando el/la deportista sea convocado/a. En este caso los y las deportistas deberán tener la tarjeta FEDME (tarjeta federativa española tramitada a través de la FNDME) en vigor.
- Participar en los Campeonatos Navarros de la Modalidad

4. ESQUÍ DE MONTAÑA

4.1. PERFECCIONAMIENTO

Se considerarán programas de perfeccionamiento aquellos que engloben actuaciones dirigidas a la **mejora del rendimiento deportivo individual** y vayan destinados a deportistas que con **contrastado nivel y progresión deportiva no cumplen con los criterios de tecnificación** o, cumpliendo con tales, su federación no dispone de programa de tecnificación, bien porque no lo contemplan o bien porque no cumplen el requisito de número mínimo de deportistas o de edad.

El **equipo de perfeccionamiento de carreras por montaña** contará con un máximo de **10 deportistas**.

4.1.1. Selección de deportistas

1. Haber nacido en Navarra o con empadronamiento en la Comunidad Foral con anterioridad al 1 de enero de 2025
2. Estar en posesión y en vigor de la licencia deportiva navarra por la modalidad correspondiente
3. Serán deportistas nacidos entre 1995 y 2013 (ambos incluidos), excepto en aquellas modalidades deportivas que por sus especiales características y a petición motivada de la correspondiente federación deportiva, el INDAF, a través de la subdirección de Atención a Entidades y Rendimiento Deportivo, pueda considerar la inclusión de deportistas de otras edades.

4. Los resultados deportivos obtenidos por los y las deportistas que les da acceso al programa de tecnificación han tenido que ser logrados en los dos últimos años, es decir en el periodo comprendido entre el 1 de septiembre de 2023 y la fecha de presentación de la solicitud.

4.1.2. Nivel deportivo

Ya que las carreras por montaña son un deporte individual y no olímpico los requisitos exigidos para participar en el programa son los siguientes:

- **Categoría ABSOLUTA: 8 primeros puestos en campeonatos de España**, con al menos, 10 participantes y 8 CCAA representadas. O 5 primeros puestos en caso contrario.
- **Categorías INFERIORES: 5 primeros puestos en campeonatos de España.**

4.1.3. Deportistas de Apoyo

Los deportistas de apoyo son deportistas que pueden participar en el programa de perfeccionamiento para garantizar mejores condiciones de entrenamiento para el resto. Estos deportistas no tienen la cualificación, en ningún caso, de deportistas de rendimiento por esta razón.

En caso de no completarse las 10 plazas para el equipo de perfeccionamiento con los resultados deportivos, se podrán seleccionar a otros deportistas, como deportistas de apoyo.

Los/las deportistas de apoyo serán seleccionados valorando los resultados obtenidos en las competiciones del año anterior. Las principales herramientas de captación son los campeonatos navarros, las jornadas de JDN y otras valoraciones de los/las técnicos/as que den opción a participar en el programa.

- **Criterio técnico:** cabe destacar que conseguir esos puestos te habilita a optar a una plaza, NO te la asegura. El criterio técnico estará presente y será trascendental en todas las elecciones.

4.1.4. Duración y frecuencia.

El programa de perfeccionamiento de esquí de montaña tendrá un total de 1 entrenamiento mensual obligatorio, dos concentraciones de fin de semana y tres sesiones teórico prácticas anuales obligatorias.

4.1.5. Asistencia.

Cada participante deberá **asistir como mínimo a un 75% de las sesiones convocadas**.

4.1.6. Otras condiciones a cumplir por los y las deportista y equipo técnico.

- Firmar el contrato de la FNDME.
- Cumplir las normas y el código ético del Equipo de Perfeccionamiento de la FNDME.
- Cumplir las normas, los acuerdos generales y los acuerdos particulares a los que se compromete cada deportista de manera individual y colectiva con el equipo, su familia, los clubes y el o la entrenadora.
- Asistir al llamamiento de la Selección Navarra de carreras por montaña cuando el/la deportista sea convocado/a. En este caso los y las deportistas deberán tener la tarjeta FEDME (tarjeta federativa española tramitada a través de la FNDME) en vigor.