

**CUENTA JUSTIFICATIVA**

**2009-2010**

**DEPORTE PARA TODOS**

**GUZTIONTZAKO KIROLA**



**FEDERACIÓN ATLÉTICA GIPUZKOANA**

**GIPUZKOAKO ATLETISMO FEDERAZIOA**

## INDICE

|     |   |        |
|-----|---|--------|
| 1.  | INICIATIVAS DE LA FEDERACIÓN PARA EL FOMENTO DEL DEPORTE PARA TODOS ..... | 2      |
| 1.1 | TRAMITACIÓN SEGURO DE ACCIDENTES .....                                    | 3,4    |
| 1.2 | TRAMITACIÓN PERMISO DE TRÁFICO DEL GOBIERNO VASCO .....                   | 5      |
| 1.3 | SERVICIO CONTROL TÉCNICO DEL CÓMITE DE JUECES DE GIPUZKOA .....           | 6      |
| 1.4 | PUBLICACIÓN LIBRO DE CARRERAS POPULARES .....                             | 6      |
| 1.5 | PUBLICACIÓN DE NOTICIAS SOBRE LAS CARRERAS EN LA PÁGINA WEB .....         | 7      |
| 2.  | CALENDARIO .....  | 8,9    |
| 3.  | PROGRAMA ENTRENA BIEN CORRE MEJOR ...                                     | 10,11  |
| 4.  | BALANCE DE GASTOS E INGRESOS .....  | 12,13  |
| 5.  | PLAN DE ACTUACIÓN 2010-2011.....  | 14     |
| 6.  | FACTURAS JUSTIFICATIVAS   |        |
| 6.1 | GASTOS .....  | 15,83  |
| 6.2 | INGRESOS.....   | 84,127 |

## **1. INICIATIVAS DE LA FEDERACIÓN PARA EL FOMENTO DEL DEPORTE PARA TODOS**

Primeramente, debemos citar que La Federación Atlética Gipuzkoana organiza dos grandes eventos que a pesar de no estar dentro de esta línea de subvención, por tratarse de acontecimientos extraordinarios, tienen como iniciativa la promoción del atletismo para un público heterogéneo. Se trata de La carrera 15 KM - Clásica pedestre Popular y de La Maratón Internacional de San Sebastián.

Así mismo, la FAG, siendo consciente del aumento de participación que estos últimos años se está dando en las Carreras Populares, hace lo posible por ayudar a los organizadores de este tipo de carreras.

Sin embargo, la organización de estos acontecimientos no es una tarea fácil ya que los organizadores se encuentran con dificultades para generar ingresos (falta de patrocinio, reducción de subvenciones, etc.)

Es por eso que la Federación Atlética Gipuzkoana utiliza todos sus medios para difundir información acerca de las carreras Gipuzkoanas que se celebran en nuestra provincia con el fin de que las inscripciones sigan aumentando.

Para ello, entre otras iniciativas, publica un libro de carreras populares anual, subvencionado por la Diputación Foral de Gipuzkoa. Este libro suele estar disponible en la misma federación, también los organizadores suelen encargarse de distribuir una cantidad de ejemplares en su zona.

Con el mismo fin, publica el calendario anual de carreras populares en la página Web [www.gafatletismo.com](http://www.gafatletismo.com), con todos los datos que aparecen en el libro. Y cuando se acerca la fecha de cada evento la FAG le propone al organizador publicar noticias relacionadas con su carrera.

También ofrece los siguientes servicios que en los capítulos posteriores vamos a desarrollar:

Tramitación del Seguro de accidentes, tramitación del permiso de la Oficina Territorial de Tráfico del Gobierno Vasco, control técnico del comité de Jueces de Gipuzkoa.

## 1.1 TRAMITACIÓN DEL SEGURO DE ACCIDENTES

La Federación Atlética Guipuzkoana llegó a un acuerdo en el año 2009 con la compañía de seguros DKV que se ha prolongado en las mismas condiciones para este año 2010.

Gracias a este acuerdo, la FAG ofrece unos precios más competentes en comparación con los que ofrecen otras compañías de seguros.

A falta de la información correspondiente a los meses de noviembre y diciembre, (al contrario de lo que ocurre con el calendario Federado, el calendario de carreras populares es anual), pasamos a detallar las carreras que han tramitado el seguro de accidentes a través de la Federación:

### CARRERAS/ORGANIZADORES QUE HAN TRAMITADO EL SEGURO DE ACCIDENTES CON LA FAG

| NOMBRE DE LA PRUEBA                    | ORGANIZADOR                       |
|--|-----------------------------------|
| XII CROSS DE BOMBEROS                  | DIPUTACIÓN FORAL DE GIPUZKOA      |
| 21. CARRERA FEMENINA LILATON           | LILATON TALDEA                    |
| IV. SAHARA CROSS                       | SAHARA-CROSS ELKARTEA             |
| VII. CARRERA PRIMAVERA                 | C.A. DONOSTIARRAK                 |
| XVII. MEDIA MARATON AZKOITIA AZPEITIA  | XEYE.A.T.                         |
| SAN MARCOS IGOERA                      | CLUBN ATLETICO RENTERIA           |
| IV. SAGARLASTERRA HERRI LASTERKETA     | C.D. HERNANI                      |
| ZUMAIACO XXVI. HERRI LASTERKETA        | ZUMAIACO UDALA                    |
| III. CARRERA DE EMPRESAS               | ADEGI                             |
| SANTA KRUTZEKO KROSA                   | S.D.R. ZUMEATARRA                 |
| 7. PAGOETA MENDI LASTERKETA            | ZARAUTZ K.E.                      |
| XXX. LEGORRETA KO KROS HERRIKOIA       | LEGORRETA KO UDALA                |
| ARNOKO VI. MENDI LASTERKETA            | BURUMENDI MENDI ELKARTEA          |
| SAN FERMIN PASAIA                      | LORE TXORTA ELKARTEA              |
| CROSS MIXTO ANDOAIN                    | S.R.D. ZUMEATARRA                 |
| XXVI. KATEKO KROSA                     | KATEKO KIROLZALEAK                |
| XII. AZERI BILA HERRI LASTERKETA       | C.D. HERNANI                      |
| TORREAUZOKO LASTERKETA                 | ANTXINTXIKETAN                    |
| XXX. SANTIO KROSA                      | ZUNBELTZ ELKARTEA                 |
| ELGOIBARKO GAUEKO KROSA                | MINTXETA A.T.                     |
| AKUAKO IV. BIRA                        | ZESTOAKO KIROL PATRONATOA         |
| IV. LAU HAIZETA TRABESIA               | C.D. INTERNACIONAL.               |
| X JOSETXO IMAZ MEMORIALA               | TXINDOKI A.T.                     |
| SAN MIGUEL IGOERA                      | AIASTIAKO JAI BATZORDEA           |
| GOIERRI GARAIAREN XIV.HERRI LASTERKETA | GOIERRI GARAIA ATLETISMO TALDEA   |
| 3 HONDARTZETAKO AMSTEL KROSA           | JAKINTZA A.T.                     |
| SAN ESTEBAN KROSA                      | TXONTXOR AUZOKIDE KULTUR ELKARTEA |
| ATAUNGO 3 AUZOETAKO XXX KORRIKALDIA    | ATAUN K.E.                        |
| ZUMAIACO ZAKILA BIRA                   | ZUMAIACO UDALA                    |
| EUSKAL HERRIKO MARATOI ERDIA           | HONDARRIBIA KIROL TALDEA          |

A continuación, publicamos la carta de garantía de la compañía de seguros DKV.

**DKV**

Tel. de Atención al Cliente:  
902 499 499

[www.dkvseguros.com](http://www.dkvseguros.com)

## CARTA DE GARANTIA

Por la presente, DKV Seguros y Reaseguros, con C.I.F. A-50004209, garantiza con efecto de 1 de Abril 2.009, la asistencia médica con motivo de un accidente sufrido por cualquiera de los participantes en las carreras populares, organizadas por el Contratante de la Póliza, Federación Guipuzcoana de Atletismo, con C.I.F- G20121281, y hasta los límites de cobertura, y conceptos, indicados en el R.D. 849/93.

Esta carta tiene validez hasta la entrega de la Póliza original por parte de D.K.V. Seguros y Reaseguros.

En San Sebastián, a uno de Abril de dos mil nueve

Por D.K.V. Seguros y Reaseguros



Compañía del Grupo Asegurador ERGO.

El Contratante,



*¡Vive la Salud!*

## **1.2 TRAMITACIÓN PERMISO DE TRÁFICO DEL GOBIERNO VASCO**

Existen carreras cuyo recorrido pasa por carreteras que son competencia del Gobierno Vasco. Es por ello, que necesitan la autorización de la Oficina territorial de tráfico de Gipuzkoa.

Esto implica que los organizadores de dichas carreras tienen que informar sobre su intención de organizar la prueba, su fecha y posteriormente presentar la documentación exigida para su posterior autorización.

Para coordinar todo ello, La FAG mantiene una reunión a principios de año con la Oficina Territorial de Gipuzkoa en la que se debate el calendario para ese año. Posteriormente la Oficina Territorial de tráfico envía a la FAG el calendario definitivo de las carreras que va a coordinar.

La FAG, se responsabiliza de comunicar a los organizadores sobre la documentación a presentar:

- 1- Premiso de la Federación Atlética Gipuzkoana.
- 2- Memoria de la Prueba
  - Reglamento
  - Croquis, itinerario, perfil y estimaciones de horario de paso.
  - Identificar quien es el Director Ejecutivo y quién el Responsable de Seguridad Vial.
  - Teléfonos de contacto del Responsable de Seguridad Vial.
  - Estimación de Numero de participantes.
  - Informe detallado de proposición de medidas de señalización. Dispositivos de seguridad y funciones del personal auxiliar habilitado.
- 3- Justificantes de contratación de seguros de responsabilidad civil y de accidentes.
- 4- Autorización de la Dirección de Carreteras de la Diputación Foral de Gipuzkoa para los distintos cruces vías que conllevan corte total de tráfico.
- 5- Solicitud Debidamente cumplimentada.

Y cuando la autorización llega al poder de la Federación, se ocupa de enviarla al organizador.

A continuación detallamos las carreras que han necesitado la autorización para este año:

- Zumaiako Herri lasterketa
- Txingudi Korrika
- Azkoitia –Azpeitia mratoi erdia
- Legorretako Cross Herrikoia
- Arnoko Mendi Lasterketa
- San Migel Igoera
- Josetxo Imaz memoriala
- ZUmaiako Zakila Bira
- Ataungo Hiru Auzoetako Korrikaldia
- Donibane-Lohitzune Hondarribia
- Behobia-Donostia
- Zizurkil gau krosa
- Azpeitiako San Silvestrea

### **1.3 SERVICIO CONTROL TÉCNICO DEL CÓMITE DE JUECES DE GIPUZKOA**

El comité de Jueces de La Federación Atlética Gipuzkoana, pone a la disposición de los organizadores, el servicio del control Técnico para las carreras. Muchos organizadores solicitan este servicio, ya que, en ocasiones no disponen del material necesario para el cronometraje, y tampoco tienen conocimiento sobre cómo llevarlo a cabo de forma óptima. La cantidad que se cobra por este servicio es de 180 €.

### **1.4 PUBLICACIÓN LIBRO DE CARRERAS POPULARES**

El libro de Carreras Populares Anual de todo el territorio Histórico de Gipuzkoa se lleva editando desde hace años atrás. La Federación Atlética Gipuzkoana considera que es importante llevar a cabo esta publicación ya que es una forma muy eficaz de divulgar información sobre cada una de las carreras.

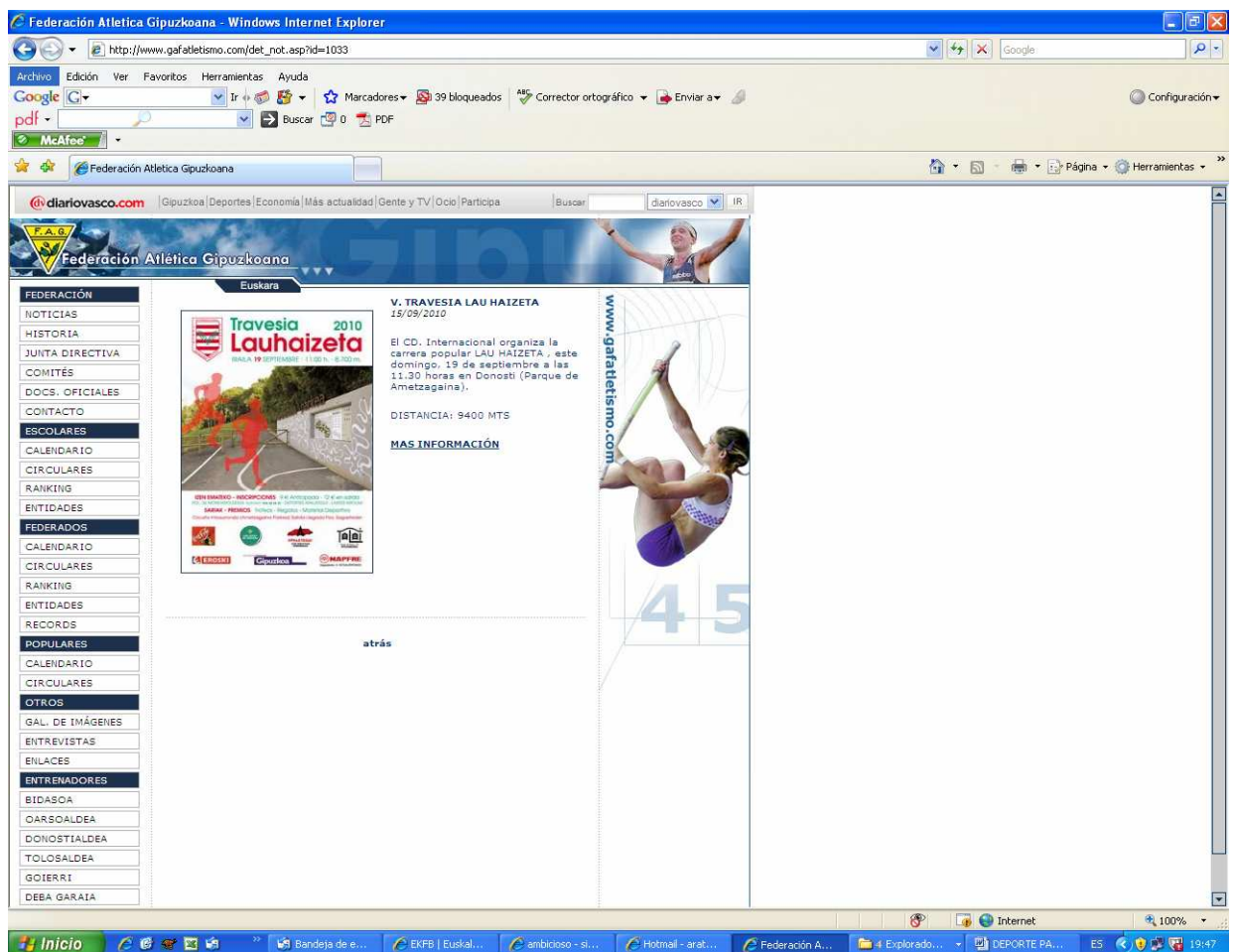
Este libro se confecciona gracias a la aportación que hace la Diputación Foral de Gipuzkoa.

Los organizadores pagan un canon de 100 € por aparecer en el calendario. Los organizadores de las carreras suelen distribuir por su zona varios ejemplares. También la Federación hace su esfuerzo por hacer llegar estos libros a los máximos puntos posibles.

## 1.5 PUBLICACIÓN DE NOTICIAS SOBRE LAS CARRERAS EN LA PÁGINA WEB

La página web de la Federación Atlética Gipuzkoana “ [www.gafatletismo.com](http://www.gafatletismo.com)” Es una página que cada vez tiene más visitantes. Los diferentes estamentos de la Federación hacen uso de ella para informarse sobre los diferentes acontecimientos que se van a llevar a cabo. Es por ello que la Federación ofrece a los organizadores de las carreras populares, la publicación de su evento cuando la fecha de su carrera está cerca. Es otra forma (complementaría a la de el libro) de hacer llegar la información y de animar a los máximos atletas posibles para que participen en las pruebas atléticas que se publican.

Ponemos varios ejemplos de algunas publicaciones que se han llevado a cabo:



The screenshot shows a web browser window displaying the website of the Federación Atlética Gipuzkoana. The page features a navigation menu on the left with categories like FEDERACIÓN, ESCOLARES, FEDERADOS, POPULARES, and OTROS. The main content area displays a news article titled "V. TRAVESIA LAU HAIZETA" dated 15/09/2010. The article includes a photo of a runner and text describing the race: "El CD. Internacional organiza la carrera popular LAU HAIZETA, este domingo, 19 de septiembre a las 11.30 horas en Donosti (Parque de Ametzagaína). DISTANCIA: 9400 MTS. MAS INFORMACIÓN". The website also has a search bar and a logo for "diariovasco.com".



## 2. CALENDARIO ANUAL

| LASTERKETA  | HERRIA                   | EGUNA      | ORDUA                       | ANTOLATZAILEA                          |
|---|--------------------------|------------|-----------------------------|--|
| Zumaiako XXVI. Herri Lasterketa   | Zumaia.                  | 27.02.2010 | Haurr. 16:00/HEL: 17,00     | Zumaiako Udala/ Zumea elkarte          |
| 4.SALEM HACH EMBAREK MEMORIALA  | ORMAIZTEGI               | 28.02.2010 | 11:00                       | SAHARA CROSS ELKARTEA                  |
| IV. Sagarlasterra Herri Lasterketa  | Hernani                  | 06.03.2010 | 11:00                       | Hernaniko Udala                        |
| AINGERU GUARDAKO VII IGOERA   | IBAETA-DONOSTIA          | 06.03.2010 | 17:00                       | IBAETAKO JAI BATZORDEA C.A. TRINTXERPE |
| LILATON   | DONOSTIA                 | 07.03.2010 | 11.00                       | LILATON TALDEA                         |
| HONTZA ELKARTEA XXV URTEURRENA  | LOIOLA-DONOSTIA          | 13.03.2010 | 17:00                       | HONTZA ELKARTEA-C.A. TRINTXERPE        |
| XII TXINGUDI KORRIKA  | HENDAIA/IRUN/HONDARRIBIA | 13.03.2010 | 16:30                       | B.A.T.                                 |
| VIII CARRERA DE PRIMAVERA   | DONOSTIA                 | 21/03/2010 | 10,00                       | DONOSTIARRAK                           |
| XVII. Azkoitia-Azpeitia maratoi erdia, Diego Garcaren oroimenez   | Azpeitia                 | 27/03/2010 | 16:30                       | XEYE A.T.                              |
| MENDIKO HERRI LASTERKETA. LAISTER KIROLAK30,URTEURRENA  | PASAI SAN PEDRO          | 10.04.2010 | 17:00                       | C.A. TRINTXERPE                        |
| CARRERA POPULAR ARCCO   | SAN SEBASTIAN            | 18.04.2010 | 10:30                       | SPORTMAGIC                             |
| Javier García Larrañaga Memoriale San Markos XIV igoera. / XIV Subida a San Marcos, memorial Javier García Larrañaga. | ERRETERIA                | 25.04.2010 | 10:30                       | Club Atlético Renteria                 |
| Santa Krutzeko Krossa "Bixente Huizi Memoriale"   | Andoain                  | 01.05.2010 | 10:30                       | Zumeatarra                             |
| BIDEBIETAKO XV TXANPONTXO KROSSA  | BIDEBIETA DONOSTIA       | 03.05.2010 | 10:30                       | C.A. TRINTXERPE                        |
| ALTZAKO II HERRI BIRA   | ALTZA DONOSTIA           | 08.05.2010 | 17:15                       | C.A. TRINTXERPE                        |
| DECIMO MADIO MARATON SAN SEBASTIAN GRAN PREMIO CAJA LABORAL   | DONOSTI                  | 16.05.2010 | 10:00                       | SPORTMAGIC                             |
| Antiguako XX. Herri lasterketa BERRIA   | ANTIGUA                  | 22.05.2010 | 11.00                       | BAGERA Elkarte                         |
| VIII.OÑATIKO HERRI LASTERKETA   | OÑATI                    | 05.06.2010 | 18:00                       | ANTXINTXIKETAN K.E.                    |
| XXXII. LEGORRETAKO KROSS HERRIKOIA  |                          | 05.06.2010 | 11:30                       | BILKOID ELKARTEA                       |
| ARNOKO VI. MENDI LASTERKETA   | MUTRIKU                  | 06.06.2010 | 10:00                       | BURUMENDI M.E.                         |
| IV HONDARRIBIA RUGBY CROSS  | HONDARRIBIA              | 13.06.2010 | 11:00                       | RUGBY CLUB IRUN                        |
| XII. Azeri Bila Herri Lasterketa  | Hernani                  | 19.06.2010 | 18:30                       | C.D. Hernani                           |
| XXX.MEMORIAL IOKIN INTXAUSTI (PIPAS)  | HERRERA-DONOSTIA         | 20.06.2010 | 10:30                       | C.D. HERRERA                           |
| XXXIV. SAN MARTZIALEKO IGOERA   | IRUN                     | 26.06.2010 | 18:00                       | B.A.T.                                 |
| Andoaingo Kross Mixtoa  | Andoain                  | 26.06.2010 | 18:00                       | Zumeatarra                             |
| CARRERA POPULAR SAN FERMIN  | PASAJES ANCHO            | 27.06.2010 | 11:00                       | SOCIEDAD LORE TXORTA                   |
| XXI. MEMORIAL JULIO MONTOYA   | TRINTXERPE               | 18.07.2010 | 10:15                       | C.A. TRINTXERPE                        |
| ASTIGARRAGAKO VIII KROSS HERRIKOIA  | ASTIGARRAGA              | 24.07.2010 | 17:00                       | C.A. TRINTXERPE                        |
| XXX. SANTIO KROSA   | BILLABONA                | 25.07.2010 | 11                          | ZUNBELTZ ELKARTEA                      |
| SAGUESEKO XV KROSS HERRIKOIA  | SAGUES-DONOSTIA          | 25.07.2010 | 10:00                       | C.A. TRINTXERPE                        |
| LOIOLAKO XXV JAIETAKO KROSA   | LOIOLA-DONOSTIA          | 31.07.2010 | 10:45                       | C.A. TRINTXERPE /HONTZA ELKARTEA       |
| AMARAKO HERRI KROSSA  | AMARA-DONOSTIA           | 31.07.2010 | 10:00                       | AMARA KIROL ELKARTEA                   |
| ADUNA JAIETAKO KROSA  | ADUNA                    | 15.08.2010 | 10:45 GAZTEAK 11:15 HELDUAK | C.A. TRINTXERPE                        |
| XXXIV. GUADALUPEKO IGOERA   | HONDARRIBIA              | 04.09.2010 | 18:00                       | B.A.T.                                 |
| ELGOIBARKO GAUEKO KROS HERRIKOIA  | ELGOIBAR                 | 11,09,2010 | 20:00                       | MINTXETA AT                            |
| ARRATEKO IGOERA   | EIBAR                    | 12.09.2010 | 10:30                       | CD EIBAR                               |

|  |                          |            |   |                                   |
|--|--------------------------|------------|---|-----------------------------------|
| PORRONTXO XIII JAIENTAKO KROSSA  | EGIA-DONOSTIA            | 12.09.2010 | 10:00                                     | C.A. TRINTXERPE                   |
| AKUAKO V. BIRA   | AKUA (ZESTOA)            | 12/09/2010 | 10:30                                     | PEDRO CABANILLAS                  |
| X SUBIDA PEDESTRE AL FARO DE LA PLATA  | PASAI SAN PEDRO          | 18.09.2010 | 17:30                                     | C.A. TRINTXERPE                   |
| V. TRAVESIA LAU HAIZETA  | DONOSTIA                 | 19.09.2010 | 11:30                                     | C.D.INTERNACIONAL                 |
| VX. JOSETXO IMAZ MEMORIALA   | ORDIZIA                  | 26.09.2010 | 11.00                                     | TXINDOKI JASO ATLETISMO TALDEA    |
| 4. SAN MIGUEL IGOERA   | ELGOIBARKO AIASTIA AUZOA | 26.09.10   | 11.30                                     | San Migueleko Jai Batzordea       |
| Zumaiako XIV.Zakila Bira-2010  | Zumaia                   | 02.10.2010 | 17:00                                     | Zumaiako Udala/zumea elkarta      |
| GOIERRI GARAIAREN XIV. HERRI LASTERKETA  | URRETXU                  | 02,10,2010 | 17:00                                     | GOIERRI GARAIA ATLETISMO          |
| XXI CROSS AMSTEL TRES PLAYAS   | Donostia                 | 10.10.2010 | 11h                                       | Jakintza K.E.                     |
| XIX. CROSS POPULAR DEL PILAR   | MARTUTENE -DONOSTIA      | 12.10.2010 | 10:00                                     | C.A. TRINTXERPE                   |
| XIV. DONOSTIAKO HERRI LASTERKETA-15KM  | DONOSTIA                 | 17.10.2010 | 10:00                                     | GIPUZKOAKO ATLETISMO FEDERAKUNTZA |
| MEDIA MARATON DE EUSKAHERRIA   | HONDARRIBIA              | 24.10.2010 | 11  | H.K.T.                            |
| Ataungo hiru auzoetako XXX. Korrikaldia  | Ataun                    | 24.10.2010 | 11:00                                     | Ataun KE                          |
| Lasarte-Oria Bai XV.Kros Herrikoia   | Lasarte-Oria             | 31.10.2010 | 10:30                                     | Ostadar K.F.                      |
| Cross Popular S.C.R.D. Leosiñeta   | DONOSTIA                 | 01.11.2010 | 11,00                                     | S.C.R.D. Leosiñeta                |
| SORALUZE BERGARAKO KROSA   | BERGARA                  | 06,11,2010 | 17,00                                     | ANTXINTXIKA TRIATLOI TALDEA       |
| BEHOBIA-SAN SEBASTIAN  | BEHOBIA                  | 14.11.2010 | 11.00                                     | C.D FORTUNA K.E                   |
| IKAZTEGIETAKO XX HERRI KROSA   | IKAZTEGIETA              | 14.11.2010 | 11,00 H                                   | HERRIGINTZA ELKARTEA              |
| AZKOITIKO VI. HERRI LASTERKETA   | AZKOITIA                 | 27.11.2010 | 16:30                                     | RAKA MARATON, K.E.                |
| XXXIII. MARATON INTERNACIONAL DE SAN SEBASTIAN   | DONOSTIA                 | 28.11.2010 | 0:00                                      | GIPUZKOAKO ATLETISMO FEDERAKUNTZA |
| BIKOTEEN KROSS MISTOA  | ZARAUTZ                  | 05.12.2010 | 11,30                                     | ZARAUTZ KE                        |
| Errenteriako VIII. San Silbestre eta San Silvestre txikia / VIII San Silvestre de Errenteria y San Silvestre txiki | ERRENTERIA               | 31.12.2010 | Helduak/Adultos<br>17:00 Txikia:<br>16:30 | Club Atlético Renteria            |
| ORDIZIAKO SAN SILVESTREA /J.M. CABALLERO MEMORIALA   | ORDIZIA                  | 31.12.2010 | 16:30                                     | goiz aterpe elkarte               |
| XXVII.BILLABONA-ZIZURKIL   | BILLABONA                | 31.12.2010 | 16,30                                     | ZUNBELTZ ETA URKAMENDI ELKARTEAK  |
| SAN SILVESTRE DONOSTIARRA  | DONOSTIA                 | 31.12.2010 | 16:00                                     | AMARA K.E.                        |
| ZARAUZKO VIII. SAN SILVESTRE   | ZARAUTZ                  | 31.12.2010 | 18:00                                     | ANTONIANO K.E.                    |

### 3. PROGRAMA ENTRENA BIEN CORRE MEJOR

La Federación a puesto en marcha un programa dirigido a todo tipo de atletas que hagan carreras populares. En esta primera fase del programa se han inscrito 60 personas.

A continuación transcribimos lo que en su día se publicó para impulsar este nuevo proyecto.

Bajo el lema **ENTRENA BIEN CORRE MEJOR** la Federación Atlética Gipuzkoana quiere impulsar un programa de orientación al entrenamiento en las mejores condiciones posibles para todos aquellos atletas que tienen como objetivo mejorar su rendimiento en las siguientes pruebas atléticas 15KM – Behobia San Sebastián y Maratón de San Sebastián.

No se trata únicamente de la mejora deportiva sino también y mas importante de cómo se puede realizar esta. Para ello y con el patrocinio de **QUIRON** y **KIROLBIDEA** y la colaboración de CD Fortuna, Flygroup, El Diario Vasco y la Diputación Foral de Gipuzkoa queremos que todos los atletas que se incorporen a este programa pasen un exhaustivo control médico que incluirá una prueba de esfuerzo y un posterior test de confirmación que será el que nos indique cuales deben ser los objetivos finales.

#### **¿A QUIÉN VA DIRIGIDO?**

El programa va dirigido a todos los y las atletas que preparen las pruebas, 15KM, Behobia San Sebastián o Maratón Internacional de San Sebastián y cuya incorporación al atletismo popular se ha realizado sin ningún tipo de orientación tanto médica como técnica.

El número de plazas estará limitado a 100 personas

#### **¿QUÉ OFRECE EL PROGRAMA?**

El programa incluye primeramente un reconocimiento medico exhaustivo que finaliza con la realización de una prueba de esfuerzo.

A partir de los resultados de dicha prueba y conjuntamente con un entrenador nacional de atletismo se procederá a programar los entrenamientos al atleta los cuales serán seguidos cada domingo en una sesión de entrenamiento conjunto por un técnico al cual podrá aclarar cualquier tipo de duda surgida durante la semana.

Posteriormente – según se vaya acercando la fecha objetivo para cada atleta –unos 15 días antes- hay dos opciones cuya variante entre ellas será únicamente la forma de realización del test de confirmación. **En el primer caso** sería realizado en base a un test de campo progresivo con control de Frecuencia Cardíaca parámetro utilizado en este caso para calcular Umbrales de Entrenamiento y Ritmo de Competición, con un protocolo idéntico al realizado en el laboratorio anteriormente. Y **en el segundo** en base a un test de lactatos con lo que se obtiene un parámetro más – la tasa de lactato en cada velocidad- que añade precisión en los mencionados cálculos de intensidades de entrenamiento y ritmo de competición.

## **COSTO DEL PROGRAMA**

Existen dos tipos de precio en función del test de evaluación elegido

Con test de lactato el coste será de **119** euros

Con test de pulso el coste será de **99** euros

Todos los inscritos recibirán de la marca ADIDAS una camiseta técnica con la cual desarrollar mejor sus entrenamientos asimismo dispondrán de importantes descuentos en pulsómetros de la marca POLAR

## **PROCEDIMIENTO DE INSCRIPCIÓN**

Para poder inscribirse a este programa será necesario llamar al teléfono de la Federación Atlética Gipuzkoana 943-451757 o bien dirigirse al correspondencia [gaf@kirolak.net](mailto:gaf@kirolak.net)

### **AGENTES PARTICIPANTES**

Será la Federación Atlética Gipuzkoana la encargada de liderar este proyecto pero esto no sería posible sin el patrocinio de QUIRON y la colaboración de las siguientes entidades

**DIPUTACION FORAL DE GIPUZKOA**

**PATRONATO MUNICIPAL DE DEPORTES DE SAN SEBASTIAN**

**EL DIARIO VASCO**

**ADIDAS**

**POLAR**

**C.D.FORTUNA**

**FLYGROUP**

## **4. BALANCE DE GASTOS E INGRESOS**

El balance que presentamos a continuación es un balance provisional del proyecto ya que el ejercicio contable finaliza el mismo 31 de octubre. A lo largo del mes de diciembre, la Federación Atlética Gipuzkoana presentará las cuentas de la federación. Hay que tener en cuenta que esta Federación ha cambiado el ejercicio contable este mismo año.

#### 4. BALANCE DE GASTOS E INGRESOS

| GASTOS                            |                         |                 | INGRESOS       |            |                 |
|-----------------------------------|-------------------------|-----------------|----------------|------------|-----------------|
| ACREEDOR                          | CONCEPTO                | IMPORTE         | DEUDOR         | CONCEPTO   | IMPORTE         |
| GOB. VASCO                        | TASAS                   | 6,14            | INSCRITOS      | PROGRAMA   | 4911,00         |
| GOB. VASCO                        | TASAS                   | 196,20          | ANTXINTXIKETAN | FRA 69     | 263,70          |
| LANKORPE                          | CALENDARIO              | 3839,60         | ZARAUZ         | FRA62      | 872,20          |
| KIROLBIDEA                        | RECONOCM.MÉDICOS        | 3920,00         | BETI BIZI      | FRA 67     | 280,80          |
| KIROLBIDEA                        | RECONOCM.MÉDICOS        | 160,00          | RENERIA        | FRA 70     | 324,10          |
| DKV                               | POLIZAS SEGURO          | 16038,12        | URBIKO         | FRA 52     | 173,70          |
| JUEZ                              | JUEZ DESPLAZAM          | 191,60          | XEYE           | FRA 17     | 1138,00         |
| JUEZ                              | JUEZ DIETAS             | 100,00          | DONOSTIARRAK   | FRA 14     | 1165,60         |
| JUEZ                              | JUEZ DIETAS             | 100,00          | BAT            | FRA15      | 100,00          |
| JUEZ                              | JUEZ DESPLAZAM          | 17,48           | SAHARA         | FRA12      | 182,70          |
| JUEZ                              | JUEZ DESPLAZAM          | 22,68           | LILATON        | FRA11      | 1657,00         |
| JUEZ                              | JUEZ DESPLAZAM          | 12,60           | CAR            | FRA22      | 250,00          |
|                                   | 20% SUELDO              | 910,40          | SPORTMAGIC     | FRA18      | 100,00          |
| 2009                              | NOVIEMBRE-<br>DICIEMBRE |                 | HERNANI        | FRA23      | 100,00          |
|                                   | 20%SUELDO               | 1013,79         | ZUMAIA         | FRA24      | 665,20          |
|                                   | NOVIEMBRE-<br>DICIEMBRE |                 | ZUMEATARRA     | FRA26      | 366,40          |
|                                   | 20%SUELDO               |                 | SPORTMAGIC     | FRA27      | 287,44          |
| 2009                              | ENERO-OCTUBRE           | 3114,02         | ARETXABALETA   | FRA28      | 283,66          |
|                                   | 20%SUELDO               |                 | ZARAUZ         | FRA30      | 382,98          |
|                                   | ENERO -OCTUBRE          | 2570,26         | BAGERA         | FRA31      | 280,30          |
| GASTOS<br>GENERALES<br>FEDERACION |                         | 644,19          | LEGORRETA      | FRA33      | 237,70          |
|                                   | 3,3% DEL GASTO          |                 | BURUMENDI      | FRA34      | 430,30          |
| PMD                               |                         | 41,40           | ANTXINTXIKETAN | FRA 32     | 280,30          |
| POLIDEPORTIVO USABAL              |                         | 100,00          | RUGBY IRUN     | FRA 35     | 280,30          |
|                                   | ENTRENADOR DIETAS       | 717,00          | ADEGI          | FRA 25     | 346,80          |
|                                   |                         |                 | LORE TXORTA    | FRA 36     | 150,00          |
|                                   |                         |                 | LORE TXORTA    | FRA 37     | 100,00          |
|                                   |                         |                 | BAT            | FRA 38     | 100,00          |
|                                   |                         |                 | ZUMEATARRA     | FRA 39     | 250,00          |
|                                   |                         |                 | KATEKO         | FRA 40     | 250,00          |
|                                   |                         |                 | HERNANI        | FRA 41     | 374,50          |
|                                   |                         |                 | ADEGI          | FRA 43     | 499,50          |
|                                   |                         |                 | ZUNBELTZ       | FRA 44     | 284,50          |
|                                   |                         |                 | XEYE           | FRA 47     | 100,00          |
|                                   |                         |                 | BAT            | FRA 48     | 280,30          |
|                                   |                         |                 | LEZO           | FRA 49     | 100,00          |
|                                   |                         |                 | MINTXETA       | FRA 50     | 151,20          |
|                                   |                         |                 | EIBAR          | FRA 51     | 100,00          |
|                                   |                         |                 | ZESTOA         | FRA 52     | 250,00          |
|                                   |                         |                 | CDINTER        | FRA 53     | 250,00          |
|                                   |                         |                 | TXINDOKI       | FRA 54     | 1022,50         |
|                                   |                         |                 | AIASTIA        | FRA 55     | 430,30          |
|                                   |                         |                 | GOIERRI        | FRA 56     | 250,00          |
|                                   |                         |                 | JAKINTZA       | FRA 57     | 2247,40         |
|                                   |                         |                 | DFG            | SUBVENCION | 3349,00         |
| <b>TOTAL</b>                      |                         | <b>33715,48</b> | <b>TOTAL</b>   |            | <b>25899,38</b> |

## 5. PLAN DE ACTUACIÓN 2010-2011

Para la temporada 2010-2011, La FAG tiene intención de continuar con las iniciativas que en las últimas temporadas se han ido haciendo.

Es decir, por un lado, intentaremos acordar unas condiciones óptimas con una compañía de seguros para poder ofertar un seguro menos en costes a los organizadores.

Por otro lado continuaremos realizando la tramitación del permiso de tráfico y el servicio de control técnico de jueces.

También se publicara el libro e carreras populares, y se publicaran noticias en la página web de la Federación.

Cómo novedad y continuando con el proyecto de Entrena Bien corre Mejor, La federación pretende ofertar el programa en todo Gipuzkoa. Este año, al ser la primera vez, no hemos querido ser demasiado ambiciosos y lo hemos centralizado en un solo punto de la provincia; Donostia. A partir de ahora se intentará que tomen parte más centros médicos en el programa para que las pruebas de esfuerzo y los reconocimientos médicos para que estén al alcance de cualquier persona sin tener que desplazarse hasta la capital. Las sesiones de entrenamiento en grupo se ofertarían igualmente en diferentes puntos.

Sin haberse cerrado el año contable, nos aparece un déficit de 7816 euros. Para que la Federación pueda seguir ofertando estos servicios a los organizadores de las carreras populares. Y para que pueda continuar con el proyecto Entrena Bien corre mejor que ha sido positivo en su inicio, necesitará contar con mayor ayuda económica o tendrá que exigir a los organizadores y participantes que paguen mas importe por los servicios que se les oferta.