

PROYECTO ÁREA CARRERAS POR MONTAÑA 2025



**DIRECCIÓN
GENERAL DE DEPORTES**



ÍNDICE

PRESENTACIÓN y RESULTADOS.....	3
DATOS DE INTERÉS	3
OBJETIVOS	6
DETECCIÓN DE TALENTOS.....	8
DEPORTISTAS:	8

PRESENTACIÓN y RESULTADOS

El Área de Carreras por Montaña cierra el año 2024, con un resumen que alberga aspectos positivos y aspectos a mejorar. Por un lado, los aspectos positivos es que se han desarrollado todas las pruebas del circuito inicialmente programadas, también porque finalmente se han consolidado las pruebas que estaban en el calendario, algunas de ellas incrementando la participación del año precedente, lo cual es un indicativo del trabajo de los organizadores de pruebas FEXME. Sin embargo, también hay aspectos que no han sido tan positivos y, por tanto, se han de trabajar para que la próxima temporada puedan mejorar. Por ello, se requiere de una actuación en el área que ayude a que el calendario y actividades del año 2025 se desarrolle lo mejor posible desde el punto de vista cualitativo y cuantitativo.

Por todo ello, se presenta un nuevo un proyecto de área, que se caracteriza por mantener la línea de trabajo marcada en el área los años predecesores, pero que también incluye novedades, tanto en el funcionamiento interno del área como en la incorporación de nuevas personas que aporten ideas novedosas y sobre todo que también mantengan la línea de trabajo que hasta ahora se ha seguido y que sobre todo han estado funcionando.

DATOS DE INTERÉS

Durante la temporada 2024 el calendario deportivo de CxM estaba integrado por 19 pruebas de CxM de diferentes modalidades (CxM en línea, Km Vertical, Carreras Nocturnas y Larga Distancia).

En el total de las pruebas (a falta de conclusión de la última que tiene lugar el 1 de diciembre), el número de participantes de estas pruebas es de 3.397 corredores únicos. En el año 2023 el número de participantes fue de 2697 (25% menos que en 2024), si bien el número total de carreras fue de 15. En términos de participación media por carrera, en el año 2024 la participación media por carrera estuvo en los 178,79 participantes, ligeramente inferior al año 2023 (182,38), un descenso del 1,5%. Sin embargo, en 10 de las 19 carreras el número de participantes se incrementó con respecto a la edición anterior.

El importe económico recibido por la FEXME en concepto de Canon Federativo fue de 2922,63 €, lo cual también supone un incremento de 664,14 € (29%) con respecto a 2023.

El calendario deportivo de CxM en Extremadura ha estado formado por 6 pruebas de COPA EXTREMADURA, 3 pruebas de DIPUTACIÓN DE BADAJOZ, 14 pruebas del circuito DIPUTACIÓN DE CÁCERES, 1 campeonato de Extremadura CxM, 1 Campeonato de Extremadura Km Vertical, 1 Campeonato de Extremadura Larga Distancia, 1 Campeonato de CxM categorías inferiores.

Desde la perspectiva de cómo el área contribuye al crecimiento de la FEXME, es de destacar que las carreras son un elemento de promoción de la actividad en la montaña, no solo reflejado por el incremento de participantes en las diferentes pruebas del calendario extremeño, sino que además favorece el asociacionismo en torno a esta actividad. Así, en los últimos años se ha visto incrementado el número de clubes creados en torno a la actividad de correr por la montaña. Esto no solo implica el incremento de los ingresos económicos por parte de la FEXME (licencias, inscripciones, etc), sino que además permite que la imagen de los clubes creados salga a otros lugares de España y del extranjero. Se pueden mencionar casos concretos de este último año como son el Club Deportivo Entresiembras (Zafra) o el Club Deportivo Portilla Trail (Aldeanueva de la Vera).

Desde el punto de vista de las actividades desarrolladas por los diferentes grupos (Selección, Tecnificación y Detección de Talentos) se han llevado a cabo más del 95% de las actividades previstas en proyecto.

En selección, se ha asistido a los tres Campeonatos de España (Línea, Km Vertical y Ultra) tanto con el equipo masculino como el femenino. Asimismo, se ha asistido al Campeonato del Mundo de Skyrunning y Km Vertical, cosechando 3 puestos de pódium en categorías veteranos y 3 puestos de pódium en Skyrunning.

En Tecnificación, se ha asistido a todas las pruebas de Copa de España, obteniendo resultados destacados en la clasificación final, con dos pódiums en categoría cadete y varios pódiums en las diferentes carreras de la Copa. Asimismo se ha asistido a la prueba internacional Zegama Aizkorri. En este grupo, la última concentración prevista no se ha podido desarrollar.

En Detección de Talentos, se han desarrollado todas las actividades previstas en el proyecto, contando con un grupo amplio de deportistas. Asimismo, se acudió al Cto de España Escolar, obteniendo buenos resultados también.

En el programa Deporte y Mujer, se han desarrollado con éxito todas las actividades, excepto el encuentro femenino en Badajoz. Destaca en este programa la celebración de la actividad Corre con Nosotras, celebrada en Cáceres, y con la participación de 100 mujeres en un evento deportivo-formativo referente en la comunidad extremeña. Ello unido a las acciones formativas y de colaboración con otras entidades (Ayuntamiento de Cáceres), hacen que la participación femenina en carreras por montaña siga creciendo, y además exista mayor número de chicas que se federan con la FEXME para llevar a cabo esta modalidad.

OBJETIVOS

Los objetivos del área de carreras por montaña, los cuales se han alcanzado con buen grado de satisfacción en años anteriores y por tanto se continuará por la misma senda, se basan en un **objetivo principal del área**, que es **promocionar la modalidad de carreras por montaña de forma sostenible y respetuosa con el medio ambiente**, así como mejorar e incrementar la práctica de esta modalidad en nuestra región, especialmente en categorías inferiores y buscando mejorar el porcentaje de participación de chicas en todas las actividades que desarrolla el área. Igualmente buscaremos desarrollar los siguientes objetivos específicos:

- Asesorar y promover nuevas pruebas y mejorar las existentes del calendario FEXME.
- Proporcionar herramientas a los organizadores para la mejora de las pruebas deportivas.
- Coordinar los circuitos propios de FEXME, los Campeonatos de Extremadura y el Circuito de Carreras por Montaña de la Dirección General de Deportes.
- Mejorar la seguridad de las competiciones, las organizaciones y la prevención de accidentes con los planes de seguridad.
- Contribuir a la mejora de la promoción de los bellos parajes naturales y el medio rural de Extremadura a través de las carreras por montaña.
- Buscar patrocinadores para las competiciones y deportistas de la Selección Extremeña, así como de los grupos de Tecnificación y Detección de Talentos.
- Potenciar el desarrollo integral de nuestros deportistas a través de los programas de detección de talentos y tecnificación.
- Mejorar los resultados deportivos del grupo de tecnificación a través de su participación en pruebas de la Copa de España y otras pruebas del calendario nacional.
- Trabajar el deporte base a través del proyecto de Detección de Talentos, para que se pueda generar una base de corredores y corredoras de futuro. Asimismo, preparar de forma específica el Campeonato de España Escolar de CxM y desarrollar las diferentes pruebas JUDEX con un carácter eminentemente educativo y deportivo, primando la participación, los valores del deporte y la sostenibilidad.
- Acudir a pruebas de carácter nacional o internacional y Campeonatos de España con la Selección Extremeña.
- Coordinar el equipo de delegados de carreras por montaña y su constante reciclado para estar preparados para todo tipo de circunstancias que se puedan dar en las competiciones.
- Mantener una relación fluida con la Junta de Extremadura, Diputación de Cáceres y Diputación de Badajoz para potenciar las carreras por montaña.

- Escuchar a los corredores a través de las encuestas de calidad para implementar mejoras en las pruebas FEXME.
- Organizar actividades formativas para deportistas y delegados.
- Aumentar la participación en los JUDEX de Carreras por Montaña de deportistas específicos de nuestra modalidad.
- Promocionar la participación femenina en nuestras pruebas y en los grupos de detección, tecnificación y selección extremeña.
- Desarrollar programas y actividades específicas para mujeres y chicas, todo ello coordinado y dirigido por el área de Deporte y Mujer de la FEXME.
- Promocionar las carreras por montaña en el colectivo de mujeres como elemento para mejorar la igualdad de oportunidades en este sector.
- Crear Escuelas de Carreras por Montaña para garantizar un relevo generacional y una participación en las pruebas.

DETECCIÓN DE TALENTOS

El Programa de Detección de Talentos de Carreras por Montaña está formado por niños/as que participan y destacan en las pruebas JUDEX, siendo el primer escalón al que le sigue tecnificación y que termina en la Selección Extremeña. Este grupo será dirigido en esta ocasión por Juan Ramón Sánchez Bayón.

Se realizarán 4 concentraciones durante la temporada, donde veremos las capacidades de cada deportista y ayudaremos a su formación de cara a representar a Extremadura en el Campeonato de España Escolar promovido por FEDME para categorías infantil y cadete que se celebrará previsiblemente en el mes de mayo (aunque aún no está publicada la fecha y la sede).

DEPORTISTAS:

Se mantiene el grupo del año pasado, sin embargo, se trabaja para incorporar nuevos integrantes al grupo, todo ello a través de acciones de promoción y concentración que tendrán lugar a lo largo del año.

El grupo de DETECCIÓN DE TALENTOS será abierto y dinámico, con un número de componentes que sea sostenible de acuerdo con los presupuestos de cada año. Todas y todos los deportistas convocados obtendrán la misma atención y seguimiento por parte de los técnicos, independientemente de la categoría y de la modalidad deportiva en la que participen. Las y los componentes y candidaturas se revisarán trimestralmente de acuerdo con el Anexo VI del reglamento de CxM FEXME.

Asimismo, en su desarrollo se pondrá en práctica la normativa vigente sobre Deporte Joven en referencia a la transmisión de valores.

Los grupos de Detección de Talentos se compondrán de deportistas procedentes de JUDEX, escuelas deportivas vinculadas o no a la FEXME, y de clubes asociados a la Federación. Para ello, los técnicos responsables de los programas contactarán con los responsables provinciales de JUDEX, de clubes asociados y de las escuelas con el objetivo de recabar propuestas de candidaturas a los grupos. Se les facilitará el Anexo VI del reglamento CxM FEXME con el fin de que puedan valorar a sus candidatas y candidatos.

Asimismo, se podrán proponer candidaturas, aunque no se den los supuestos anteriores, dirigiéndose a la Secretaría de la Federación, desde donde se derivará al Área y a los técnicos del programa para su valoración.

El rango de edad de pertenencia será de 9 a 15 años.

ACTIVIDADES PARA REALIZAR

Nº ACTIVIDAD	1
GRUPO	GRUPO DETECCIÓN DE TALENTOS
FECHA	12/01/2025
TÉCNICO RESPONSABLE	JUAN RAMÓN SÁNCHEZ BAYÓN
LUGAR	MONTÁNCHÉZ
OBJETIVOS	- Enseñanza modalidades de trabajo - Entrenamiento técnico y característico y toma de tiempos - Cohesión de grupo a través de modalidades deportivas en equipo
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	Enseñanza de las modalidades de trabajo que los corredores harán a lo largo de todo el año a través de tareas y entrenamientos que el formador les mandará de forma individual Salida en terreno de montaña para entrenar aspectos más específicos tales como técnica de subida y bajada y toma de tiempos. Cohesión de grupo y unión a través de la práctica de otras modalidades deportivas grupales y de equipo para que aprendan a ser un equipo y entiendan que las carreras por montaña también son un deporte en equipo
CONVOCATORIA DEPORTISTAS	En esta primera convocatoria se convocará a todos los deportistas que fueron convocados por última vez, y a algunos nuevos que entran en la edad de competir en CESA y que conocemos de los JUDEX del año anterior, con el fin de conocer a todos ellos y valorarlos. En convocatorias posteriores se valorará los resultados obtenidos en competiciones JUDEX y carreras del circuito de menores del circuito FEXME para realizar dicha convocatoria y formar el grupo de trabajo.
MATERIAL FEXME NECESARIO	
PRESUPUESTO DESGLOSADO FEXME CON DETALLE	Técnicos: 1 Juan Ramón 120€/ 2 Maribel 50€ Desplazamiento: - Otros: Comida 80€ TOTAL = 250€
PRESUPUESTO A CARGO DEPORTISTAS	Desplazamiento hasta el lugar de la concentración

Nº ACTIVIDAD	2
GRUPO	GRUPO DETECCIÓN DE TALENTOS

FECHA	9/02/2025
TÉCNICO RESPONSABLE	JUAN RAMÓN SÁNCHEZ BAYÓN
LUGAR	ALANGE
OBJETIVOS	- Conocer y practicar el entrenamiento técnico-táctico en la especialidad de carreras por montaña. - Conocer los puntos básicos y claves para organizar una carrera por montaña y que ésta se pueda llevar a cabo en las mejores condiciones - Cohesión de grupo - Simulación de una carrera por montaña donde los corredores participarán en una carrera organizada para ellos y en la que cada uno tendrá un rol (juez, avituallamiento, organizador, corredor...)
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	Realización de entrenamientos técnicos específicos de carreras por montaña y conocimiento de diferentes tácticas de carrera. Realización de técnicas grupales para trabajar la cohesión como es la de organizar una carrera por montaña para que ésta se pueda llevar a cabo en las mejores condiciones Simulación de una carrera por montaña con diferentes roles de los participantes
CONVOCATORIA DEPORTISTAS	Deportistas mejores clasificados en circuito JUDEX y en carreras de circuito de menores de la FEXME
MATERIAL FEXME NECESARIO	
PRESUPUESTO DESGLOSADO FEXME CON DETALLE	Técnicos: 1 Juan Ramón 120€/ 2 Maribel 50€ Desplazamiento: 136km x 0,26 = 35,36 Otros: Comida: 120€ TOTAL: 325,36
PRESUPUESTO A CARGO DEPORTISTAS	

Nº ACTIVIDAD	3
GRUPO	GRUPO DETECCIÓN DE TALENTOS
FECHA	22 y 23 /03/2025
TÉCNICO RESPONSABLE	JUAN RAMÓN SÁNCHEZ BAYÓN

LUGAR	ARROYOMOLINOS
OBJETIVOS	- Puesta en práctica de los puntos básicos para organizar una carrera por montaña real, en la carrera por montaña arroyo de los molinos - Cohesión de grupo - Convivencia en grupo - Participación en una carrera por montaña real adaptada al nivel y kilometraje de cada edad
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	Ayudar en la organización de una carrera por montaña durante todo el fin de semana para que los corredores tengan en cuenta el esfuerzo que supone que un evento deportivo pueda llevarse a cabo. Convivencia en grupo durante todo el fin de semana donde los corredores podrán conocerse mejor y llevar a cabo tareas tales como comidas o dormir. Participación en la Carrera por Montaña Arroyo de los Molinos
CONVOCATORIA DEPORTISTAS	Deportistas mejores clasificados en circuito JUDEX y en carreras de circuito de menores de la FEXME
MATERIAL FEXME NECESARIO	
PRESUPUESTO DESGLOSADO FEXME CON DETALLE	Técnicos: 1 Juan Ramón 240€/ 2 Maribel 100€ Desplazamiento: 15km Otros: Comida: 200€ TOTAL = 543,9
PRESUPUESTO A CARGO DEPORTISTAS	

Nº ACTIVIDAD	4
GRUPO	GRUPO DETECCIÓN DE TALENTOS
FECHA	12/04/2025
TÉCNICO RESPONSABLE	JUAN RAMÓN SÁNCHEZ BAYÓN
LUGAR	ARROYO DE SAN SERVÁN

OBJETIVOS	- Entrenamiento modalidad kilómetro vertical adaptado a categorías inferiores - Cohesión de grupos - Conocimiento y puesta en práctica de la técnica en subida de la modalidad de kilómetro vertical - Toma de tiempo en recorrido de kilómetro vertical - Visita a centro de entrenamiento
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	Entrenamiento de la modalidad de kilómetro vertical así como conocer y poner en práctica la técnica empleada para poder llevar a cabo la realización de la actividad y de sacar el mayor partido en las competiciones. Se realizarán entrenamientos específicos de kilómetro vertical y por último se llevará a cabo una toma de tiempo en un recorrido de kilómetro vertical. Realización de técnicas grupales para trabajar la cohesión y el trabajo en grupo. Realización de técnicas grupales para trabajar la cohesión y el trabajo en grupo. Visita a centro de entrenamiento específico para que aprendan diferentes técnicas de entrenamientos que sean complementario al de carrera
CONVOCATORIA DEPORTISTAS	A esta convocatoria asistirán los deportistas seleccionados en la primera convocatoria así como los deportistas que vayan obteniendo mejores resultados en las pruebas JUDEX de Carreras por Montaña y del circuito de menores de la FEXME.
MATERIAL FEXME NECESARIO	Equipaciones FEXME
PRESUPUESTO DESGLOSADO FEXME CON DETALLE	Técnicos: 1 Juan Ramón 120€/ 2 Maribel 50€ Desplazamiento: 116km ida y vuelta Otros: Comida 120€ TOTAL = 320,16
PRESUPUESTO A CARGO DEPORTISTAS	Desplazamiento hasta el lugar de la concentración

Nº ACTIVIDAD	5
GRUPO	GRUPO DETECCIÓN DE TALENTOS
FECHA	10 y 11 /05/2025
TÉCNICO RESPONSABLE	JUAN RAMÓN SÁNCHEZ BAYÓN
LUGAR	EL ANILLO

OBJETIVOS	- Conocer modalidades de trabajo (Tipos de series y entrenamiento series) - Conocer de forma teórico-práctica la seguridad en la montaña para realizar una salida y/o carrera de forma segura y qué hacer en caso de un accidente - Entrenamiento capacidad aeróbica (entrenamiento CxM en línea) - Convivencia en grupo y actividades formativas y lúdicas
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	Enseñanza de las modalidades de trabajo que los corredores harán a lo largo de todo el año a través de tareas y entrenamientos que el formador les mandará de forma individual según los resultados obtenidos en los diferentes test de la primera convocatoria. El tipo de trabajo que se les enseñará es el de entrenamiento de series y de sus diferentes tipologías. Conocimiento del tema relacionado con la seguridad en la montaña y en las carreras por montaña para poder realizar una carrera y/o salida de forma segura, también en condiciones meteorológicas adversas y realización de técnicas de primeros auxilios en caso de accidente. Salida en terreno de montaña para entrenar la capacidad aeróbica en carrera por montaña, Convivencia en grupo durante todo un fin de semana para realizar actividades formativas y lúdicas tales como realizar la comida, dormir en grupo, actividades e remo, tirolina, senderismo...
CONVOCATORIA DEPORTISTAS	A esta convocatoria asistirán los deportistas seleccionados en la primera convocatoria así como los deportistas que vayan obteniendo mejores resultados en las pruebas JUDEX de Carreras por Montaña y del circuito de menores de la FEXME.
MATERIAL FEXME NECESARIO	Equipaciones FEXME
PRESUPUESTO DESGLOSADO FEXME CON DETALLE	Técnicos: 1 Juan Ramón 240€/ 2 Maribel 100€ Desplazamiento: 336km ida y vuelta X 0,26 € = 67,2€ Otros: Comida 200€ TOTAL = 607,2€
PRESUPUESTO A CARGO DEPORTISTAS	Desplazamiento hasta el lugar de la concentración

Nº ACTIVIDAD	6
GRUPO	GRUPO DETECCIÓN DE TALENTOS
FECHA	FIN DE SEMANA EN EL QUE SE REALICE EL CESA
TÉCNICO RESPONSABLE	JUAN RAMÓN SÁNCHEZ BAYÓN
LUGAR	LUGAR DONDE SE REALICE EL CESA
OBJETIVOS	- Participación y competición en el campeonato de España
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD(Lo más detallado posible)	Desplazamiento para participar en el Campeonato de España de carreras por montaña en edad escolar del grupo de detección de talentos de la FEXME. El grupo participará en las dos competiciones disponibles para los corredores, kilómetro vertical y en línea, adaptadas las pruebas a su categoría de edad.
CONVOCATORIA DEPORTISTAS	Deportistas mejores clasificados en circuito JUDEX y en carreras de circuito de menores de la FEXME y que hayan demostrado un nivel aceptable en los test y concentraciones previas
MATERIAL FEXME NECESARIO	
PRESUPUESTO DESGLOSADO FEXME CON DETALLE	Técnicos: 1 Juan Ramón 360€/ 2 Maribel 360€ Desplazamiento: Queda por saber el lugar y la distancia en la que se celebre el Campeonato de España Otros: alquiler de 2 furgonetas 400€ Comida de todo el fin de semana 400 Alojamiento fin de semana: 1100€
PRESUPUESTO A CARGO DEPORTISTAS	Presupuesto financiado por área JUDEX

Nº ACTIVIDAD	7
GRUPO	GRUPO DETECCIÓN DE TALENTOS
FECHA	18/10/2025
TÉCNICO RESPONSABLE	JUAN RAMÓN SÁNCHEZ BAYÓN
LUGAR	PLASENCIA
OBJETIVOS	- Entrenamiento técnico en terreno irregular - Toma de tiempos en un recorrido de terreno técnico en subida, en bajada y en subida y bajada - Entrenar la capacidad aeróbica a través de la realización de un recorrido específico de carrera por montaña
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	Realización de diferentes entrenamientos para que los deportistas conozcan y pongan en práctica diferentes tipos de técnica para economizar su carrera durante una carrera de montaña y obtener el mejor resultado en ella. Toma de tiempos a los corredores en un determinado recorrido técnico de diferentes maneras. En subida, en bajada y en el conjunto del recorrido, subida y bajada. Por último, salida en terreno de montaña de diferentes características para entrenar los aspectos técnicos de la carrera y la capacidad aeróbica de los corredores.
CONVOCATORIA DEPORTISTAS	Deportistas mejores clasificados en circuito JUDEX y en carreras de circuito de menores de la FEXME
MATERIAL FEXME NECESARIO	Equipaciones FEXME
PRESUPUESTO DESGLOSADO FEXME CON DETALLE	Técnicos: 1 Juan Ramón 120€/ 2 Maribel 50€ Desplazamiento: 270km ida y vuelta X 0,26€ = 70,2 Otros: comida 120€ TOTAL = 340, 96 €
PRESUPUESTO A CARGO DEPORTISTAS	Desplazamiento hasta el lugar de concentración

Nº ACTIVIDAD	8
GRUPO	GRUPO DETECCIÓN DE TALENTOS
FECHA	16/11/2025
TÉCNICO RESPONSABLE	JUAN RAMÓN SÁNCHEZ BAYÓN
LUGAR	ALBURQUERQUE
OBJETIVOS	- Valoración de las cualidades físicas básicas de los corredores - Entrenar diferentes técnicas de carrera para economizar la carrera en la especialidad de montaña. - Visita guiada a los diferentes monumentos de la localidad
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	Valorar las cualidades físicas básicas de los corredores para ver cómo se encuentran éstos después de todo el verano. Las cualidades que se valorarán serán la flexibilidad del tren inferior (test sit and reach); fuerza explosiva del tren superior (lanzamiento balón medicinal); fuerza abdominal (test abdominales); fuerza del tren inferior (salto vertical y de longitud); resistencia aeróbica a través del <i>Test de Cooper</i> y Test de velocidad (50m y test de 1000). Realización de diferentes entrenamientos para que los deportistas conozcan y pongan en práctica diferentes tipos de técnica para economizar su carrera durante una carrera de montaña y obtener el mejor resultado en ella. Visita guiada a los diferentes monumentos de la localidad como son su castillo, diferentes iglesias...
CONVOCATORIA DEPORTISTAS	Deportistas mejores clasificados en circuito JUDEX y en carreras de circuito de menores de la FEXME
MATERIAL FEXME NECESARIO	Equipaciones FEXME
PRESUPUESTO DESGLOSADO FEXME CON DETALLE	Técnicos: 1 Juan Ramón 120€/ 2 Maribel 50€ Desplazamiento: 196km x 0,26€ = Otros: comida 120€ TOTAL = 340,85€
PRESUPUESTO A CARGO DEPORTISTAS	Desplazamiento hasta el lugar de concentración

Nº ACTIVIDAD	9
GRUPO	DETECCIÓN DE TALENTOS
FECHA	13/02/2025
TÉCNICO RESPONSABLE	JUAN RAMÓN SÁNCHEZ BAYÓN
LUGAR	MONTÁNCHEZ I.E.S. SIERRA DE MONTÁNCHEZ
OBJETIVOS	- Acercar el deporte de carrera por montaña - Favorecer el desarrollo de habilidades y destrezas básicas de la modalidad - Favorecer el desarrollo integral de los alumnos a través de esta modalidad deportiva
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	Desplazamiento hasta el instituto de esta localidad para dar una charla y mostrar el mundo de las carreras por montaña y todo lo que lo compone como son las distintas modalidades, materiales, reglamentación, distintos componentes de las carreras como son la organización, jueces, organización previa, cronometraje... con el objetivo de acercar esta modalidad deportiva a los alumnos para que puedan adentrarse en este mundo e incluso captar nuevos corredores que no son conocidos por los técnicos y que tienen habilidad para esta disciplina o simplemente quieren adentrarse en el mundo de las carreras por montaña. A través de esta muestra de la modalidad deportiva a los centros se quiere conseguir y favorecer el desarrollo de las habilidad y destrezas básicas de los alumnos así como el desarrollo integral.
CONVOCATORIA DEPORTISTAS	
MATERIAL FEXME NECESARIO	
PRESUPUESTO DESGLOSADO FEXME CON DETALLE	Técnicos: 1 Juan Ramón 120€ Desplazamiento: 0€ Otros:
PRESUPUESTO A CARGO DEPORTISTAS	

Nº ACTIVIDAD	10
GRUPO	DETECCIÓN DE TALENTOS
FECHA	31/03/2025
TÉCNICO RESPONSABLE	JUAN RAMÓN SÁNCHEZ BAYÓN
LUGAR	VILLANUEVA DE LA SERENA I.E.S. Pedro de Valdivia
OBJETIVOS	- Acercar el deporte de carrera por montaña - Favorecer el desarrollo de habilidades y destrezas básicas de la modalidad - Favorecer el desarrollo integral de los alumnos a través de esta modalidad deportiva
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD(Lo más detallado posible)	Desplazamiento hasta el instituto de esta localidad para dar una charla y mostrar el mundo de las carreras por montaña y todo lo que lo compone como son las distintas modalidades, materiales, reglamentación, distintos componentes de las carreras como son la organización, jueces, organización previa, cronometraje... con el objetivo de acercar esta modalidad deportiva a los alumnos para que puedan adentrarse en este mundo e incluso captar nuevos corredores que no son conocidos por los técnicos y que tienen habilidad para esta disciplina o simplemente quieren adentrarse en el mundo de las carreras por montaña. A través de esta muestra de la modalidad deportiva a los centros se quiere conseguir y favorecer el desarrollo de las habilidad y destrezas básicas de los alumnos así como el desarrollo integral.
CONVOCATORIA DEPORTISTAS	
MATERIAL FEXME NECESARIO	
PRESUPUESTO DESGLOSADO FEXME CON DETALLE	Técnicos: 1 Juan Ramón 120€ Desplazamiento: 114 km x 0,26€ = 29,64 € Otros: TOTAL = 149,64 €
PRESUPUESTO A CARGO DEPORTISTAS	

JUDEX CARRERAS POR MONTAÑA 24-25 Y CONOCE MI DEPORTE

Las pruebas JUDEX de Carreras por montaña se incluyen en nuestro proyecto del área al estar plenamente integradas en las actividades de la misma, que pensamos que es el sistema de trabajo idóneo y que se debería seguir por parte del resto de áreas.

Se celebrarán 4 pruebas durante los meses de enero a mayo y siguiendo con la estructuración en las categorías benjamín y alevín en la que la concepción será formar por parte de monitores a los niños para que puedan disfrutar y aprender mejor nuestra modalidad, dejando al lado la competición.

Igualmente se apostará porque los corredores de nuestros circuitos nos traigan a sus hijos, por ello habrá un programa piloto en el que mientras los chicos están participando, un corredor hará un recorrido de entrenamiento para padres.

La modalidad de Carreras por Montaña JUDEX va creciendo a de manera muy importante y desde el año 2010 cuando comenzó el programa de promoción en categorías inferiores, va aumentando su participación fruto de la aportación de los clubes y de la promoción en los centros educativos.

Igualmente señalar que esta área, como el año anterior, llevará a cabo el programa PROADES de Carreras por Montaña y Conoce Mi Deporte. Igualmente es importante resaltar que esta área, como el año anterior, coordinará los dos programas de JUDEX y Conoce Mi Deporte a través del Coordinador de JUDEX.

PROMOCIÓN ESCUELAS DE BASE DE CARRERAS POR MONTAÑA

Poco a poco va creciendo el tejido de Escuelas específicas de Carreras por Montaña en la Comunidad Autónoma, siendo cuatro en la actualidad, pero no se antojan suficientes para crear una base grande en la pirámide de participantes.

Es por ello que se estima necesario seguir con el apoyo y asesoramiento a nuevas escuelas que puedan ir creándose en Extremadura.

Un pilar fundamental es la formación y para ello se realizará una nueva edición del curso de monitor de carreras por montaña y otra será el apoyo por parte del área de material que necesiten las escuelas como se realizó en 2020 a las escuelas de Montánchez, Aldeanueva y Eljas.

CREACIÓN DE BOLSA ECONÓMICA PARA LA CREACIÓN O DESARROLLO DE ESCUELAS DE BASE.

Para ello se creará una bolsa económica en el presupuesto del área para favorecer el desarrollo de estas escuelas o aquellas que se creen en este año 2025.

La bolsa económica será de un total 400 €, a la cuál cada escuela como máximo podrá optar a un máximo de 200€.

Estas ayudas estarán reguladas por las siguientes BASES:

- 1- Podrán acceder a esta ayuda los grupos de trabajo de clubes, dinamizadores o monitores interesados en las Carreras por Montaña, estén legalmente constituidos en clubes o a través de Ayuntamientos o Mancomunidades.
- 2- Requisitos:
 - a. Participar en los JUDEX de CXM en la temporada 2025 en al menos 3 de las 4 sedes, siendo la primera vez que participen en esta modalidad.
 - b. Tener un mínimo de 15 participantes.
- 3- Se concederá una subvención de 200 Euros que podrá ser justificada de la siguiente manera:
 - a. Hasta 100 Euros en recibí por parte del monitor de la escuela.
 - b. Resto de la subvención en material deportivo (camisetas de entrenamiento para los niños/as que deben llevar necesariamente el logo de FEXME y el texto "Programa Escuelas Deportivas Carreras por Montaña FEXME").

4- Solicitudes y plazo: Aquellos interesados podrán solicitar dicha subvención hasta el 15 de Diciembre a través del mail carreras@fexme.com haciendo constar los datos de contacto de la persona referencia de la Escuela. En caso de presentarse más de una solicitud, la FEXME podrá aumentar las becas en el año 2025 para que todos los interesados puedan acogerse a la misma.