



CAP Alcobendas

Proyecto Grandes Torres

2023 - 2027



Índice

1. ¿Quiénes somos?
2. Proyecto CAP Grandes Torres 2023-2027
 - 2.1. Proyecto Institucional.
 - 2.2. Proyecto Deportivo.
3. Conclusión.



1. ¿Quiénes somos?

Somos un grupo formado por atletas y ex-atletas, socios y padres de socios, que deseamos daros el club que vosotros y vuestros hijos os merecéis.



2. Proyecto CAP Alcobendas Grandes Torres 2023-2027

Para crear **GRANDES TORRES...**
primero hay que diseñar y asentar unos
MAGNÍFICOS CIMIENTOS

2. Proyecto CAP Alcobendas

Grandes Torres 2023-2027



Antecedentes:

El proyecto que os presentamos, es la continuación lógica y sensata del que iniciamos en 2019 Natalia Azpiazu, Rubén Pedroche y Xavier Zafrilla.

El CAP, que siempre había sido uno de los clubes más importantes de la Comunidad de Madrid y uno de los habituales a nivel nacional, en aquella época se había visto reducido a la más mínima expresión posible al haberse ido del mismo la mayoría de socios, entrenadores y atletas (quedaban unos 25). Así mismo también se habían perdido las escuelas municipales, que históricamente llevaba la entidad.

Por aquel entonces, nosotros estábamos entrenando en el José Caballero y el Presidente vino a pedirnos ayuda tras la dimisión en bloque de la Junta Directiva. Poco después pasamos a formar parte del club y ante la perspectiva de tener que disolver la entidad, se decidió tirar para adelante proponiéndose crear una nueva Junta Directiva. Para la misma había dos candidaturas con dos proyectos muy distintos.

Tras fracasar el otro proyecto y dejar al Club con unas cuentas muy precarias, parte de la Directiva dimitió y se formó una nueva junta. Empezamos a ejecutar nuestro proyecto, mucho más sensato y acorde a la realidad del club, el cual hemos ido adecuando a las circunstancias que hemos tenido que afrontar, principalmente pandemia y crisis. Algunas de esas decisiones fueron arriesgadas, dadas las circunstancias, pero el tiempo nos ha dado la razón ya que en su mayoría han funcionado, consiguiendo que el Club esté hoy otra vez presente en el panorama atlético y social de Alcobendas y de la CAM.



2. Proyecto CAP Alcobendas Grandes Torres 2023-2027

El mismo está delimitado en dos ámbitos separados, pero no independientes:

- Proyecto Institucional.
- Proyecto Deportivo.



2.1. Proyecto Institucional

- Garantizar el futuro del club sentando bases sólidas.
- Garantizar el buen funcionamiento del club con una Junta Directiva amplia y multidisciplinar, con tareas bien delimitadas.
- Favorecer y facilitar la práctica del atletismo entre los socios y atletas.



2.1.1. Reforzar el Sentimiento de pertenencia

Descripción:

- Creemos que es importante hacer que los socios y los atletas se sientan orgullosos de ser miembros del club.

¿Cómo?

- Organización de eventos sociales al inicio y final de temporada.
- Acuerdos de colaboración con empresas que aporten ventajas a los socios.
- Charlas con expertos (entrenamientos, nutrición, etc.)



2.1.2. Aumentar el número de Socios / Atletas

Descripción:

- Después de unos años complicados, creemos que es importante seguir incrementando la base de atletas/socios del club.

¿Cómo?

- Ganar notoriedad: Web, RRSS, Colegios. Trabajo de contenidos: Consejos deportivos, Nutrición, Entrenamientos, Colaboraciones socios, etc.
- Acuerdos de colaboración con empresas – grupos de entrenamiento, competiciones.



2.1.3. Relaciones Institucionales

Descripción:

- Creemos que es muy importante mantener buenas relaciones con las diferentes instituciones con las que debemos relacionarnos: **Ayuntamiento, Comunidad Autónoma, Federación Atletismo.**
- Igualmente también es importante mantener los contactos con empresas de nuestra localidad, otros clubs y marcas deportivas.

¿Cómo?

- Manteniendo reuniones periódicas con Ayuntamiento, CCAA, Fundaciones, etc. o participando en aquellas que convoquen.
- Presencia activa en la Federación.
- Presentación del proyecto de club a empresas y marcas deportivas para mantener patrocinios existentes y conseguir nuevos.



2.2. Proyecto Deportivo

- Potenciar la Escuela de Atletismo.
- Aprovechar el deporte como vehículo para transmitir valores.
- Lograr tener equipos en todas las categorías formativas.
- Crear Equipo Máster.
- Organización de Carreras / Eventos.



2.2.1. Potenciar la Escuela de Atletismo

Descripción:

- Creemos que como club, nuestra base, nuestro futuro, depende de la **calidad** del entrenamiento que les demos a los atletas que tengamos en la Escuela.
- Creemos que debemos llevar a cabo acciones que nos permitan adecuar el entrenamiento a la edad del atleta y poder enseñar **todas las disciplinas atléticas**, sin restringirnos solo a correr.
- El tener atletas multidisciplinarios nos permitirá tener equipos en todas las edades formativas.
- Ganaremos visibilidad.

¿Cómo?

- Ganar notoriedad: Web, RRSS. Trabajo de contenidos: Consejos deportivos, Nutrición, Entrenamientos, Colaboraciones socios, etc.
- Convenios de Colaboración con Colegios: Organización Atletismo como actividad extraescolar.
- Dirección Técnica profesional, experimentada y con cursos en entrenamientos a menores.
- Adaptar el nº de entrenadores al nº de atletas y categorías. Ratio: no superar el ratio de unos 15 atletas por entrenador.
- Ranking anual del Club, regalos a aquellos que batan marcas o ganen medallas.
- Atletas multidisciplinarios. Especialización una vez acabado su desarrollo (punto 2.2.1.1)



2.2.1.1. Modelo de Escuela

Descripción:

- Nuestro proyecto formativo, se basa en un **modelo multidisciplinar**: niños y niñas practicando todas las disciplinas del Atletismo.
- Buscamos un desarrollo completo de los atletas y, sobre todo, que se lo pasen bien practicando nuestro deporte. Nuestro objetivo no son éxitos en edades tempranas.
- **No creemos en la especialización temprana**, si no en el modelo alemán de formación multidisciplinar. Existen estudios científicos donde se explican los efectos adversos de una especialización temprana y las ventajas de no hacerlo.

¿Cómo?

- Entrenadores **multidisciplinares y cualificados**, que sepan formar en todas las disciplinas del Atletismo.
- La actividad en sí misma es muy beneficiosa para el **desarrollo físico integral** de los niños.
- Los niños y jóvenes tendrán la oportunidad de ver sus progresos en las **competiciones** (sin que en ningún caso sea una obligación acudir a las mismas).
- Con una buena formación y un buen desarrollo aquellos/as que quieran podrán seguir progresando con la mirada puesta en **objetivos más importantes**.



2.2.2. Atletismo:

Transmisión de valores

Descripción:

- Creemos que como Club y Escuela de atletismo, nuestra responsabilidad es formar atletas y personas.

¿Cómo?

- Transmitir valores como el esfuerzo, compañerismo, solidaridad, trabajo en equipo.
- Entrenador-Coach-Amigo. Intentar que disfruten sin forzarles.



2.2.3.

Equipos en categorías formativas

Descripción:

- Como club de atletismo nuestro objetivo debe ser el de tratar de estar en la mayor parte de competiciones importantes (Campeonatos de clubes, Copas, Ligas, etc.)

¿Cómo?

- En una primera fase consiguiendo esos objetivos a nivel local y en una posterior a nivel nacional.
- Salvo para los campeonatos de cross, para el resto el acceso es por estadiillo, en el cual hay que puntuar en muy diversas pruebas.
- Para ello necesitamos formar correctamente desde pequeños a nuestros atletas de manera multidisciplinar.



2.2.4. Crear Equipo Máster

Descripción:

- Creemos que es vital dar la oportunidad de crecer como atletas a todos los socios del Club.

¿Cómo?

- Federar a los atletas máster que deseen tomar parte en competiciones oficiales.
- Dependiendo del número de atletas que participen en competiciones de pista plantear competir en campeonatos por clubes.



2.2.5. Organización de Carreras

Descripción:

- La organización de carreras es la principal fuente de ingresos del club y un instrumento importantísimo para mantener y ganar notoriedad.

¿Cómo?

- Continuando con la organización y la colaboración en eventos como el Cross de la Constitución, la Carrera de las Capacidades, el Día del Deporte y el resto de eventos que organizamos anualmente.
- Crear equipo experimentado en la organización de eventos con el que colaborar.



3. Conclusión

Somos un grupo de personas entusiastas, preparadas, capaces, experimentadas y con disponibilidad para trabajar y llevar a cabo un proyecto que nos permita garantizar la continuidad del Club y su crecimiento a futuro.

Nuestro principal objetivo es formar y desarrollar atletas desde la base, sin quemar etapas, dándoles una formación multidisciplinar que ayude a los niños a desarrollarse sin lesiones e impida las especializaciones tempranas que tanto daño hacen en nuestro deporte.

Por último, **os remarcamos la parte no visible pero más importante** del eslogan, esa en la que no podemos fallar:

PARA CREAR grandes torres...

PRIMERO HAY QUE DISEÑAR Y ASENTAR unos magníficos cimientos.



!! Muchas gracias
por
vuestra atención !!