

I. MEMORIA GENERAL DE EL/LA DEPORTISTA INDIVIDUAL.

IDENTIFICACIÓN DEL DEPORTISTA	
Nombre y apellidos *:	Nombre y apellidos de el/la deportista para el que se solicita subvención
DNI/NIE*:	DNI/NIE del deportista
Domicilio*:	Dirección del deportista
Localidad*:	ALCALÁ/PLAYA DE SAN JUAN/GUÍA DE ISORA/etc.
Teléfono/s de contacto*:	XXX XXX XXX
E-mail de contacto*:	xxxxxxxxx@dominio.xxx
Sede Web/Redes Sociales:	www.deportistadeejemplo2024.es / https://www.facebook.com/deportistadeejemplo2024 (si carece de web y/o redes sociales, dejar en blanco)
Observaciones:	Poner aquí lo que proceda o dejar en blanco.
(*) Obligatorios	

DATOS GENERALES DE EL/LA DEPORTISTA			
Rellenar los datos en relación con la fecha en la que se vaya a firmar el documento.			
Deporte/modalidad que practica:	Triatlón (se elije como ejemplo esta modalidad y resto de datos relacionados)		
Federación en la que se da de alta:	Federación Canaria de Triatlón (FECANTRI)		
Año primera licencia:	2019	Nº de licencia actual:	000257
Licencia actual válida desde/hasta:	01/01/2024 a 31/12/2024		
Ámbito de competición:	Nacional, regional, insular, municipal, ... (los que procedan)		
Presupuesto proyecto deportivo año anterior:	X.XXX €		
Actividades y/o competiciones desarrollados durante el año anterior (2023):	El/la deportista (triatleta) se inscribe y participa en las siguientes competiciones del año 2023: 1. VOLCANO TRIATHLON (25/02/2023). 2. OCEAN LAVA SANTA CRUZ DE TENERIFE (12/03/2023). 3. TENERIFE SWIMRUN-GUÍA DE ISORA (06/05/2023). 4. ACUATLÓN PLAYA SAN JUAN (05/08/2023). 5. TRIATLÓN GUÍA DE ISORA (03/09/2023). 6. OCEAN LAVA LANZAROTE (21/10/2023).		
Otra información de interés:	Consignar otros datos que se consideren de interés o dejar en blanco.		

II. MEMORIA DE ACTIVIDADES.

MEMORIA EXPLICATIVA DEL PROYECTO O PROYECTOS PARA LOS QUE SE SOLICITA LA SUBVENCIÓN EN EL <u>EJERCICIO 2024</u>	
Objeto del proyecto:	El objetivo del proyecto deportivo para este triatleta que se inscribe y participa durante 2024 en el campeonato oficial que organiza y promueve la Federación Canaria de Triatlón (FECANTRI) será mejorar su rendimiento y alcanzar un alto nivel de competencia.
Objetivos específicos:	Para lograr el objetivo propuesta, el/la triatleta trabajará en mejorar su técnica, aumentar su resistencia y fuerza, y mantener una dieta saludable. Además establecerá metas realistas y alcanzables para cada competición, y trabajar en su mentalidad y enfoque para mantenerse motivado/a y enfocado/a en su objetivo. También considerará trabajar con un/a entrenador/a experimentado/a para recibir orientación y apoyo en su entrenamiento y preparación para las competiciones.

Finalidad que persigue:	Si el objetivo del proyecto deportivo es mejorar el rendimiento y alcanzar un alto nivel de competencia, algunas finalidades que se podrían lograr con el proyecto podrían ser: 1) MEJORAR LA TÉCNICA: El/la triatleta trabajará en mejorar su técnica en cada una de las disciplinas del triatlón (natación, ciclismo y carrera a pie) para maximizar su eficiencia y reducir el tiempo de transición entre disciplinas. 2) AUMENTAR LA RESISTENCIA Y FUERZA: El/la triatleta trabajará en aumentar su resistencia y fuerza para mejorar su capacidad de realizar cada disciplina del triatlón con mayor facilidad y eficacia. 3) MANTENER UNA DIETA SALUDABLE: El/la triatleta seguirá una dieta saludable y equilibrada para asegurarse de que su cuerpo tenga los nutrientes necesarios para mantenerse en forma y saludable. 4) ESTABLECER METAS REALIZAS Y ALCANZABLES: El/la triatleta establecerá metas realistas y alcanzables para cada competición para mantenerse motivado/a y enfocado/a en su objetivo. 5) TRABAJAR EN SU MENTALIDAD Y ENFOQUE: El/la triatleta trabajará en su mentalidad y enfoque para mantenerse motivado y enfocado en su objetivo. También podría considerar trabajar con un/a entrenador/a experimentado/a para recibir orientación y apoyo en su entrenamiento y preparación para las competiciones.
Descripción y desarrollo de actividades del ejercicio que se va a subvencionar:	El/la triatleta se inscribe y participará durante en el mayor número de pruebas posibles del Calendario Oficial de la FECANTRI del año 2024. Entre ellas tiene intención de inscribirse y participar en las siguientes que ya tienen fecha aprobada: 1. OCEAN LAVA SANTA CRUZ DE TENERIFE (17/03/2024). 2. TRIATLÓN VOLCANO (27/04/2024). 3. TRIATLÓN EL MÉDANO (02/06/2024). 4. TRIATLÓN GUÍA DE ISORA (01/09/2024). 5. OCEAN LAVA LANZAROTE (26/10/2024).
Coste por actividades:	El presupuesto de GASTOS estimado es el siguiente: LICENCIA FEDERATIVA: 100,00 €; INSCRIPCIONES: 250,00 €; ALOJAMIENTOS/DESPLAZAMIENTOS: 500,00 €; MATERIAL DEPORTIVO: 400,00 €; ASESORÍA/GASTOS MÉDICOS: 250,00 €. El coste total del proyecto es de 1.500 €, solicitándose 500 € de subvención para costear dicho proyecto o lo que resulte de la baremación recogida en las bases de la convocatoria (concurrencia competitiva).
Fuentes de financiación del total del proyecto:	Fondos propios y la subvención que proceda del Ayuntamiento de Guía de Isora (concurrencia competitiva).

Temporalización:	A largo del ejercicio subvencionable 2024, de enero a diciembre 2024.
Recursos humanos y materiales a utilizar:	(Texto de ejemplo. Poner lo que corresponda a su actividad): RECURSOS HUMANOS: 1 triatleta, 1 entrenador/a, 1 fisioterapeuta, 1 nutricionista, etc. RECURSOS MATERIALES: A) Equipo de natación: Un traje de baño, gafas de natación, gorro de natación y un par de aletas podrían ser útiles para la disciplina de natación. B) Equipo de ciclismo: Una bicicleta de carretera, casco, zapatillas de ciclismo y ropa adecuada para el clima podrían ser útiles para la disciplina de ciclismo. C) Equipo de carrera: Zapatillas de carrera, ropa adecuada para el clima y un reloj deportivo podrían ser útiles para la disciplina de carrera.

Formas de evaluación del proyecto:	Formas de evaluación del progreso de un proyecto deportivo para un triatleta que se inscribe y participa durante 2024 en el campeonato oficial que organiza y promueve la Federación Canaria de Triatlón (FECANTRI) de cara a mejorar su rendimiento y alcanzar un alto nivel de competencia. Algunas de estas formas podrían incluir: 1) MEDICIÓN DEL TIEMPO (CLASIFICACIONES): El tiempo que tarda el triatleta en completar cada disciplina del triatlón (natación, ciclismo y carrera a pie) puede ser una forma efectiva de medir su progreso y rendimiento. 2) PRUEBAS DE RESISTENCIA: Las pruebas de resistencia, como correr una distancia determinada o nadar una cantidad específica de metros, pueden ayudar a evaluar la resistencia del triatleta y su capacidad para mantener un ritmo constante. 3) PRUEBAS DE FUERZA: Las pruebas de fuerza, como levantar pesas o hacer flexiones, pueden ayudar a evaluar la fuerza del triatleta y su capacidad para realizar cada disciplina del triatlón con mayor facilidad y eficacia. 4) ANÁLISIS DE LA TÉCNICA: El análisis de la técnica del triatleta en cada una de las disciplinas del triatlón puede ayudar a identificar áreas de mejora y oportunidades para maximizar su eficiencia y reducir el tiempo de transición entre disciplinas. 5) EVALUACIÓN DE LA DIETA: La evaluación de la dieta del triatleta puede ayudar a asegurarse de que su cuerpo tenga los nutrientes necesarios para mantenerse en forma y saludable.
------------------------------------	---

En Guía de Isora a 22 de abril de 2024.

Firmado por el/la deportista:	Firma:
Nombre y apellidos Guardar este documento de Word como PDF y FIRMAR PREFERENTEMENTE DIGITALMENTE, CON CERTIFICADO DIGITAL. Hacer visible la firma aquí →	