



NORMATIVA DE PARTICIPACIÓN

CAR DE LA FEDERACIÓN ARAGONESA

Entrenador: Carles Gasset.

Temporada: Año 2026

ENTRENADORES/AS DURANTE LAS SESIONES

- Puntualidad
- Podrán acceder al CAR todos los entrenadores titulados de la Federación Aragonesa de Patinaje de todos los niveles.
- Escuchar y atender todas las indicaciones del técnico del CAR.
- No dar indicaciones contradictorias a las indicadas por el técnico durante los entrenamientos.
- Los entrenadores/as estarán atentos en la tecnificación sin interferir ni molestar, será el técnico quién se dirija a los entrenadores.
- Aceptar el feedback del entrenador de forma constructiva.



ENTRENADORES/AS A POSTERIORI EN SUS ENTRENOS

- Aplicar las pautas dadas por el técnico para poder ver la evolución entre las distintas sesiones.
- El técnico seleccionado elaborará y realizará el seguimiento de los patinadores incluidos en las tecnificaciones.
- Exponer mediante un email a la federación, las sugerencias que crean se deban transmitir para la mejora de las siguientes sesiones.

PATINADORES/AS

- Llegar puntual y con el material preparado.
- Realizar calentamiento previo y estiramientos, con el fin de evitar lesiones durante las clases.
- Mantener una actitud respetuosa hacia los entrenadores y compañeros.
- Seguir en todo momento las indicaciones del entrenador del CAR.
- Comunicar cualquier molestia, lesión o fatiga al entrenador.
- Estar abierto a corregir hábitos técnicos incorrectos, mostrando actitud y buen comportamiento durante el proceso.





FAP

Federación aragonesa de patinaje

NORMAS GENERALES DE CONDUCTAS:

1.- Comunicación respetuosa y constructiva

- Prohibidos gritos, humillaciones o comentarios despectivos.
- Corregir siempre desde lo técnico, no desde lo personal.
- Usar feedback claro: qué corregir, cómo hacerlo y por qué

2.- Cohesión del equipo técnico

- Evitar contradicciones entre entrenadores delante de los deportistas.

3.- Gestión emocional del deportista

- No ridiculizar errores.
- Fomentar la confianza y la resiliencia.
- Reconocer avances, no solo fallos.

4. Entorno seguro y motivador

- El deportista debe sentirse en un espacio donde pueda fallar sin miedo.
- Se fomentará la comunicación abierta entre entrenador y patinador.
- Se prioriza un clima de respeto, confianza y superación.

Desarrollo mental y autoestima del deportista

En este programa de alto rendimiento, se establece como objetivo fundamental no solo la mejora técnica, sino también el desarrollo psicológico y emocional de los patinadores, como base para alcanzar el máximo rendimiento deportivo.

Mensaje clave para entrenadores

“Un deportista que cree en sí mismo entrena mejor, compite mejor y progresa más rápido. La mente no es un complemento: es parte del rendimiento.”

El no cumplimiento de las normas, puede dar uso a la expulsión del CAR.

“UN BUEN CLIMA ES PRIMORDIAL PARA TRABAJAR UNIDOS”

JUNTA DIRECTIVA

