

| HORARIS | | | |
|---|----------------------------------|--|--------------------------|
| CONCENTRACIÓ DE TECNIFICACIÓ DE L'ALT RENDIMENT CATALÀ | | | |
| FIGURES OBLIGATÒRIES 2016 | | | |
| 19 I 20 DE NOVEMBRE (FO CAR1) | | | |
| HORES | PREPARACIÓ TÈCNICA | TALLERS | PREPARACIÓ FÍSICA |
| DISSABTE 19 (CAR DE SANT CUGAT) | | | |
| 9:00h a 10:15h | GRUP 4 | GRUP 1 / GRUP 2 <i>TALLER SANITARI</i> | GRUP 3 |
| 10:15h a 11:30h | GRUP 3 | | GRUP 4 |
| 11:30h a 12:45h | GRUP 2 | GRUP 3 / GRUP 4 <i>TALLER SANITARI</i> | GRUP 1 |
| 12:45h a 14:00h | GRUP 1 | | GRUP 2 |
| 14:00h a 15:15h | DINAR (CAR DE SANT CUGAT) | | |
| 15:15h a 16:30h | GRUP 4 | GRUP 1 / GRUP 2 <i>TALLER DE COACHING</i> | |
| 16:30h a 17:45h | GRUP 3 | | |
| 17:45h a 19:00h | GRUP 2 | GRUP 3 / GRUP 4 <i>TALLER DE COACHING</i> | |
| 19:00h a 20:15h | GRUP 1 | | |
| SOPAR (CAR DE SANT CUGAT) | | | |
| DIUMENGE 20 (CAR DE SANT CUGAT) | | | |
| 9:00h a 10:15h | GRUP 1 | GRUP 3 / GRUP 4 <i>TALLER DE TAPING</i> | |
| 10:15h a 11:30h | GRUP 2 | | |
| 11:30h a 12:45h | GRUP 3 | GRUP 1 / GRUP 2 <i>TALLER DE TAPING</i> | |
| 12:45h a 14:00h | GRUP 4 | | |

EQUIP TÈCNIC

| | |
|--------------------------------------|--------------------------------|
| DIRECCIÓ TÈCNICA: | MÒNICA PIOUSA |
| COORDINADOR TÈCNIC: | XAVIER ORRIT |
| TÈCNIC INTERNACIONAL CONVIDAT | RAFAELLO MELOSI |
| TÈCNIC NACIONAL CONVIDAT | JORGE ESCRIBANO |
| COACH | JORDI GATNAU |
| FISIOTERÀPIA | HELENA GARGANTE |
| SANITARI | MONICA CATALAN/JESUS DOMINGUEZ |
| PREPARACIÓ FÍSICA | EMMA DE BARGAS |

GRUP 1

| Nom | 1r Cognom | 2n Cognom | Categoria 2017 | Club |
|---------|-----------|-----------|----------------|---------------------------|
| MARTA | BARRANCO | ALTADILL | INFANTIL | CPA CERDANYOLA DEL VALLES |
| NATALIA | REIXACH | ALVAREZ | INFANTIL | CP LLORIANA |
| RAQUEL | JOLIS | CARNE | INFANTIL | CP LLORIANA |
| JULIA | AMADO | ESCOTE | INFANTIL | CP SALOU |
| ELNA | FRANCES | MARIN | INFANTIL | CPA RIPOLLET |
| JULIA | ENRIQUE | PI | INFANTIL | CP GRAMENET |
| NOELIA | JIMENEZ | SANTOS | INFANTIL | CP GRAMENET |
| LUCIA | DUARTE | SACEDA | INFANTIL | CPA BIGUES I RIELLS |
| AINA | MARTIN | PEY | INFANTIL | CP PARETS |

GRUP 2

| Nom | 1r Cognom | 2n Cognom | Categoria 2017 | Club |
|---------------------------|------------|-----------|----------------|------------------------|
| NURIA | LOPEZ | GARCIA | CADET | CP LLIÇA DE VALL |
| DANIELA MARIA | SEGURA | | CADET | CPA CALDES D'ESTRAC |
| EVA | DUBOSC | MARTINEZ | CADET | CPA RIPOLLET |
| RAQUEL | PELEGRINA | BARCONS | CADET | CPA TONA |
| AIDA | CARRETO | HERNANDEZ | CADET | CPA SABADELL |
| CAROL | PEREZ | AGUDO | CADET | CP PARETS |
| YELENNIS BRISSEY LAURA | RODRIGUEZ | | CADET | CPA AMETLLA DEL VALLES |
| MARTA | SALLENT | VILAR | CADET | CPA MOLLET |
| NURIA | VALENZUELA | GARCIA | CADET | CPA MOLLET |
| LAURA | GIMENEZ | GARCIA | CADET | CPA TONA |

| GRUP 3 | | | | |
|---------------|------------------|------------------|-----------------------|---------------------------|
| Nom | 1r Cognom | 2n Cognom | Categoria 2017 | Club |
| CARLA | SAPERAS | CARBAJAL | JUVENIL | CPA TONA |
| BERTA | LLORCA | SANS | JUVENIL | CPA RIPOLLET |
| LAIA | FERNANDEZ | ZURITA | JUVENIL | CPA RIPOLLET |
| ANNA | RUIZ | BERBEL | JUVENIL | CPA CERDANYOLA DEL VALLES |
| RUT | VILARDELL | GALOBART | JUNIOR | CPA TONA |
| LAIA | BOU | BRAVO | JUNIOR | CN TERRASSA |
| MARTA | RIOS | BISQUERT | JUNIOR | CPA CERDANYOLA DEL VALLES |
| DIANA | BRAN | MARROQUIN | JUNIOR | CPA CERDANYOLA DEL VALLES |
| MARIA | SOLDEVILA | VILES | JUNIOR | CPA CERDANYOLA DEL VALLES |
| LAURA | CONESA | MORATO | JUNIOR | CPA SANT CELONI |
| ANDREA | DE LA TORRE | LOPEZ | JUNIOR | CPA MOLLET |
| CARLA | DE LA TORRE | LOPEZ | JUNIOR | CPA MOLLET |
| PAULA | MARCO | ROMERO | JUNIOR | CPA MOLLET |
| SIRA | GARCIA | PLAYA | JUNIOR | CP MOLINS DE REI |

| GRUP 4 | | | | |
|---------------|------------------|------------------|-----------------------|---------------------------|
| Nom | 1r Cognom | 2n Cognom | Categoria 2017 | Club |
| GEMMA | SERRA | TORT | SENIOR | CP PARETS |
| IVET | FIGUERAS | | SENIOR | CP PARETS |
| LAURA | AVILES | BERRUEZO | SENIOR | CPA RIPOLLET |
| JULIA | MARCO | ROMERO | SENIOR | CPA MOLLET |
| CLAUDIA | BORRAS | MARTINEZ | SENIOR | CPA CERDANYOLA DEL VALLES |
| PAULA | MARTINEZ | DIAZ | SENIOR | CPA MOLLET |
| VIOLETA | JODAR | MENDOZA | SENIOR | CP LA GARRIGA |
| GRACE TARA | LLORET | DAVIS | SENIOR | CP GRAMENET |