

ACADEMIA DE ESQUÍ DE COMPETICIÓN



PROGRAMA 2026 - 2027

Tan importante es la meta, como el camino

ACADEMIA DE ESQUÍ DE COMPETICIÓN



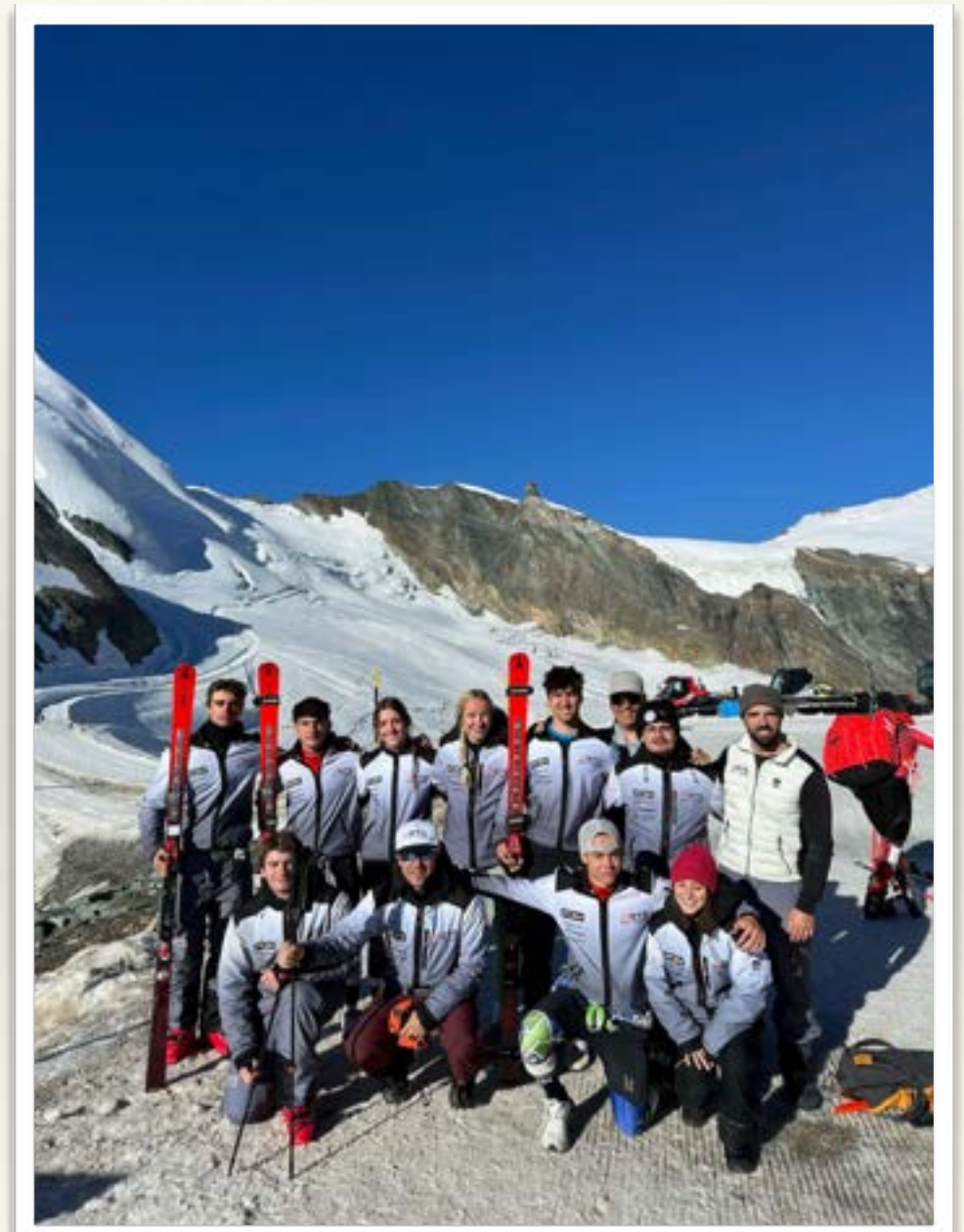
Somos un equipo privado de competición **FIS**, con un programa personalizado orientado a maximizar el rendimiento de cada deportista, que incluye la preparación física, el entrenamiento de pretemporada, temporada y la competición.

En este documento te resumimos los aspectos más importantes para la **temporada 26-27**.

Nuestros programas están orientados tanto a **chicos** como a **chicas** de las categorías **U18 - U21 - U30**.

El calendario de carreras y el programa se establece en función de las necesidades de cada deportista, inicialmente en 5 niveles:

- ☐ EUROPEAN CUP
- ☐ FIS under 40
- ☐ FIS under 60
- ☐ FIS over 60
- ☐ FIS First Year



LA META

¿Son importantes las medallas? ¿Estás seguro?

¿Quieres entrar en el equipo nacional de tu país? ¿Mejorar tu ranking? ¿Bajar puntos FIS?

¿Cuál es tu meta?

Te ayudamos a definir tus objetivos.

Pon el foco en lo importante y trabaja hoy como si no hubiera un mañana.



EL CAMINO

Perseverancia.
Constancia.
Trabajo duro.

Para llegar a tu meta, antes pasarás por muchas curvas, bacheadas, rotas, caminos feos, algunos divertidos, otros aburridos.

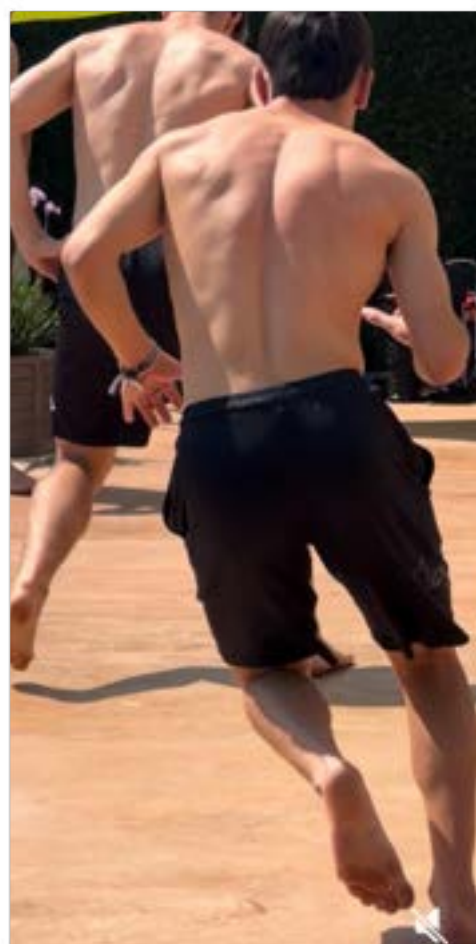


No hay atajos

PARA LLEGAR AQUÍ



ANTES HAY QUE
TRABAJAR DURO



PERSONALIZACIÓN

Nuestra metodología tiene un **enfoque individualizado orientado a cada deportista**, personalizando su programa deportivo en función de sus objetivos, así como readaptación y vuelta al deporte de aquellos/ aquellas deportistas lesionados que lo precisen. **Ratio de 1 a 4 deportistas por entrenador**, según programa.

PREPARACIÓN FÍSICA

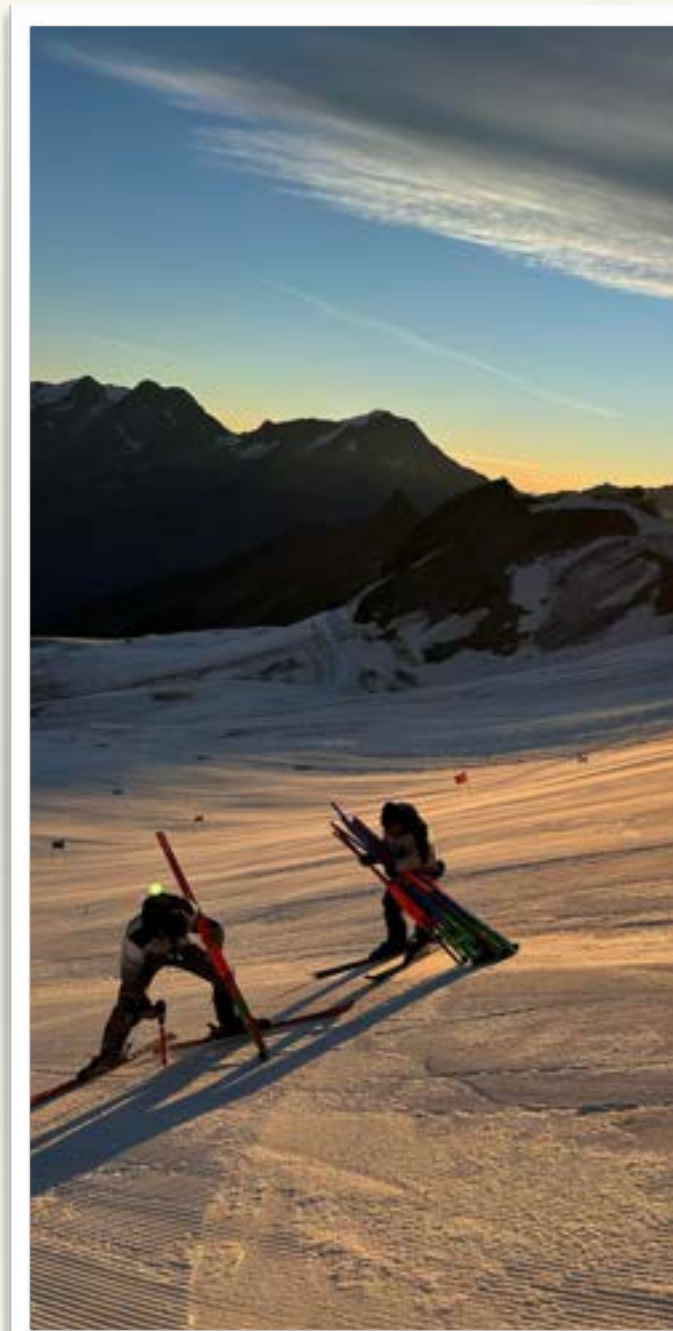
Todos los deportistas del programa anual siguen un **programa de preparación física personalizada** en función de sus particularidades y objetivos. Entrenamiento presencial en los bloques y en remoto entre bloques, con test para evaluar el progreso. En los bloques de entrenamiento en nieve y en temporada, el entrenamiento está orientado a facilitar la recuperación entre sesiones y la prevención de lesiones.

COACHING DEPORTIVO

Tan importante como la preparación física es la preparación mental. Los deportistas del programa **RTS** están supervisados por nuestro coach deportivo, definiendo sus objetivos tanto deportivos como personales, enseñándoles a manejar sus emociones y enfrentarse tanto a la frustración como a los éxitos.

PREPARACIÓN DEL MATERIAL

Buscamos la **autonomía del/de la deportista**: que sea capaz de preparar y modificar su material en función de las condiciones, de sus preferencias y sus particularidades. Durante la pretemporada los/las deportistas reciben **formación** en bloques específicos.



READAPTACIÓN DEPORTIVA

Aquellos/ aquellas deportistas que estén saliendo de una **lesión** disponen en RTS de un programa deportivo y de **readaptación** que les permite **reincorporarse a la práctica deportiva y competitiva** con las mejores garantías.

Su programa es individualizado y adaptado a sus necesidades, con un seguimiento continuo por parte de nuestro equipo: entrenadores, preparador físico, readaptador y fisioterapeuta.



STAFF

ENTRENADORES

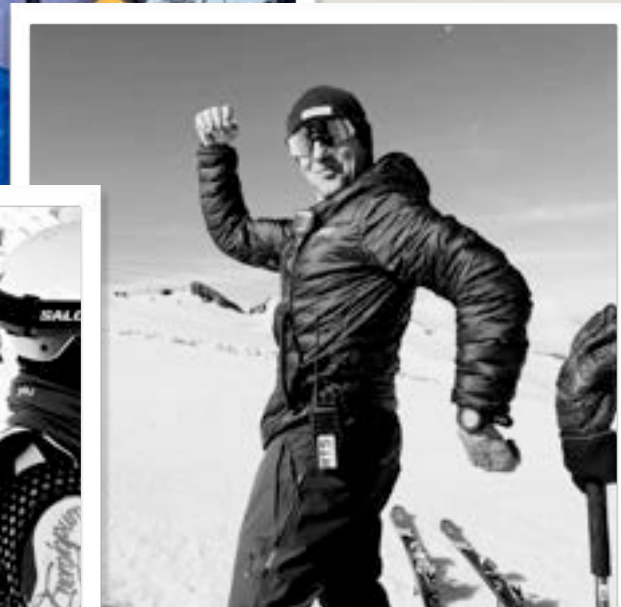
Jordi Serra. HEAD COACH. TD3. Excorredor. Coach deportivo
Pol Aguila. Entrenador TD3. Ex-corredor. Experiencia en WC y EC
Juan Bellvis. Entrenador TD3. Ex-corredor
Irma Doliwa. Colaboradora externa preparación física.
Licenciada en Fisioterapia y Ciencias del Deporte
Lorenzo del Pozo. Fisioterapeuta, CCAFYD. TD. Readaptador deportivo
con 30 años de experiencia profesional

LOGÍSTICA Y CONTACTO CON FEDERACIONES

Miriam Ansorena.

DIRECTOR DE LA ACADEMIA

A. Richard Doliwa.



MATERIAL

RTS
RACE TO SKI



EQUIPACIÓN

RTS cede la equipación a los deportistas SIN COSTE. Deberán devolverla al finalizar la temporada.

Si deseas adquirirla o necesitas cambiarla, está disponible a los siguientes precios:



RTS
RACE TO SKI



PROGRAMA



CONCENTRACIONES PREPARACIÓN FÍSICA

DÓNDE: POR DETERMINAR

CUÁNDO: Desde mayo

OBJETIVO: Seguimiento y potenciación del programa físico

PRETEMPORADA EN NIEVE

DÓNDE: **Suiza** (SaasFee, en la casa RTS de SaasGrund) y **Austria**

CUÁNDO: Desde JUNIO hasta NOVIEMBRE. 45 a 60 días (s/ grupo).

OBJETIVO: Preparar a los deportistas tanto técnica como físicamente para afrontar las competiciones con garantías

TEMPORADA COMPETICIÓN

BLOQUE 1: Cuándo: Finales de Noviembre - Finales de Diciembre
Lugar: Austria y Pirineos

BLOQUE 2: Cuándo: Finales Diciembre - Enero
Lugar: Austria, Italia, Pirineos

BLOQUE 3: Cuándo: Febrero
Lugar: Austria, Italia, Pirineos

BLOQUE 4: Cuándo: Marzo
Lugar: Austria, Italia, Pirineos

BLOQUE 5: Cuándo: Abril
Lugar: Nacional Championships España/ Andorra

PROGRAMA European Cup y FIS Under40

El programa de competición de estos dos grupos se definirá de forma personalizada para cada deportista, en función de su nivel, objetivos y necesidades..

PROGRAMA



En **temporada**, **RTS** programa bloques en función del calendario de carreras, desplazándose periodos de 1 a 3 semanas para entrenar y competir.

El calendario detallado de los distintos grupos, se facilitará más adelante

Entre concentraciones, los días libres, los deportistas vuelven a sus domicilios para recuperarse y/o prepararse físicamente de cara a la siguiente concentración. En temporada los días libres pueden alojarse en la "**casa RTS**", en la **Cerdanya**.

PRECIOS - OPCIÓN A

	PROGRAMA ANUAL	SOLO PRETEMPORADA	SOLO TEMPORADA
Fecha limite inscripciones	31 MAYO 2026	30 JUNIO 2026	31 OCT. 2026
PRECIO	10.000 euros + CONCENTRACIONES, BLOQUES DE ENTRENAMIENTO Y CARRERAS	CONSULTAR	CONSULTAR

Forma de pago: **10.000 euros al adscribirse al programa**

El coste de cada concentración, bloques de entrenamiento y/o competición se deberá pagar con antelación a los mismos y comprende, entre otros, los siguientes gastos:

- Transporte (avión, furgoneta u otros medios)
- Alojamiento y manutención
- Forfaits y gastos de pista
- Inscripciones a las carreras



PRECIOS - OPCIÓN B - PRECIO CERRADO

(solo programas anuales completos)



	EUROPA CUP	UNDER 40/60	OVER 60
Fecha limite inscripciones	31 MAYO 2026	31 MAYO 2026	31 MAYO 2026
PRECIO	49.000 €	36.000 €	29.000 €
CONSULTAR POR FAVOR BECAS, ACUERDOS Y AYUDAS DISPONIBLES			



Forma de pago: **10.000 euros al adscribirse al programa**
El monto restante, en 10 mensualidades Julio-Abril

Estos precios incluyen todos los conceptos del programa completo (salidas, bloques, carreras, forfaits, etc), excepto - entre otros:

- Billetes de avión
- Inscripciones a las carreras
- Traslados hasta los puntos de partida
- Traslados desde los puntos de llegada

QUÉ INCLUYE EL PRECIO

- Programa deportivo, con objetivos individualizados
- Programa anual individualizado de preparación física y seguimiento
- Programa de readaptación deportiva (caso de ser necesario)
- Coaching deportivo
- Formación skiman (formación en preparación de material)
- Uso del material RTS de entrenamiento en pista (palos, radios, crono, etc)
- Uso del material RTS de taller (material skiman, ceras, mesas, etc)
- Entrenamiento en pista con los entrenadores RTS, los días establecidos.
- Acompañamiento en las carreras y competiciones programadas.
- Análisis de vídeo de entrenamientos y carreras
- Equipación "RTS" (anorak, chaleco, softshell, mono).
Material cedido (*)



QUÉ NO INCLUYE EL PRECIO

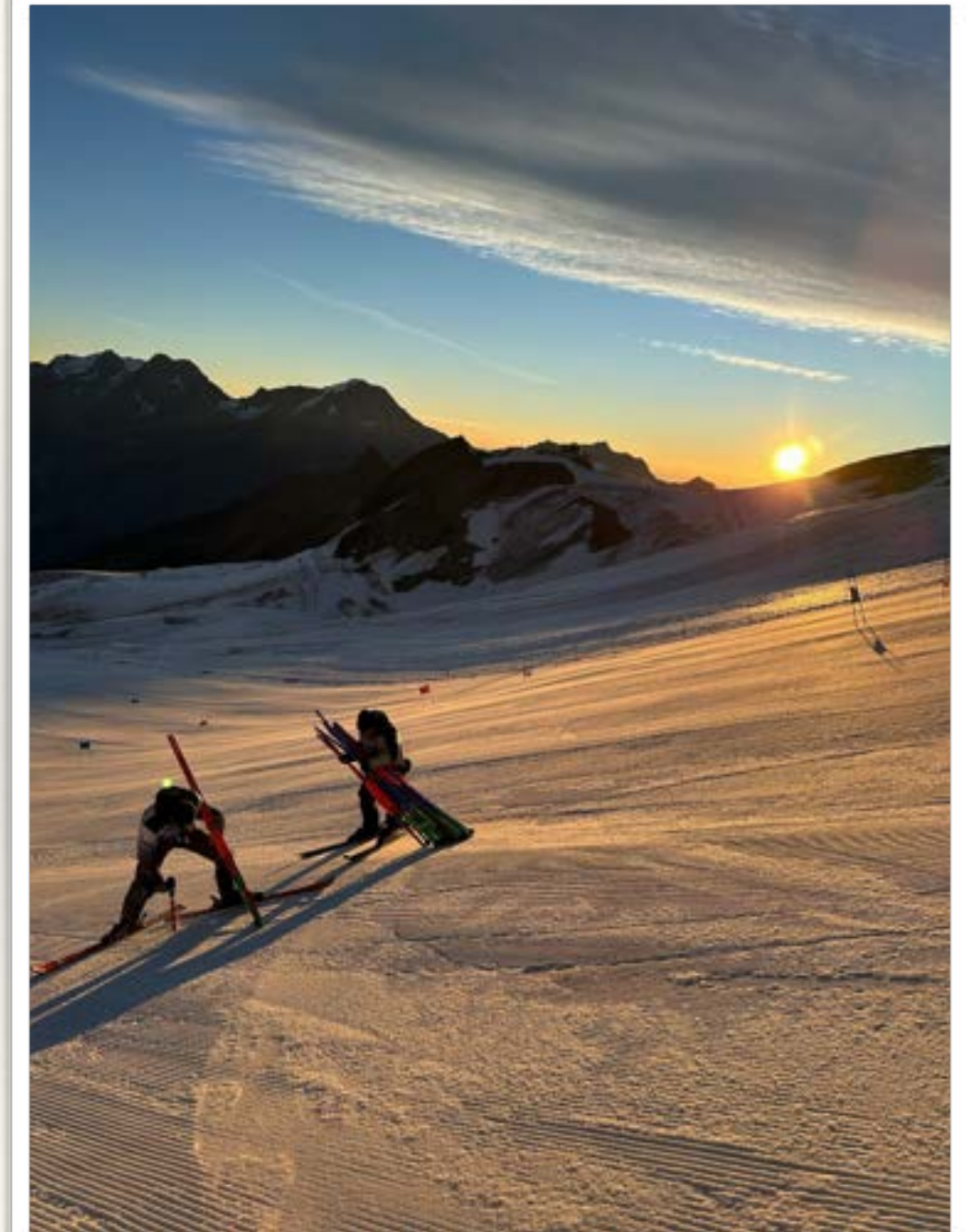
- El material duro y accesorios de los/las deportistas (ropa, esquís, botas, etc)
- El coste de reparación, sustitución o adaptación del material del/la deportista.
- El desplazamiento del/la deportista hasta/desde el punto de salida de cada bloque y/o desde el punto de llegada.
- La manutención del/la deportista fuera de la pensión completa incluida en los bloques o salidas (bocadillos en pistas, comidas por su cuenta, etc).
- La manutención y alojamiento fuera de las concentraciones.
- El coste de las concentraciones, salidas y bloques, que se facturarán aparte
- Cuotas de Gimnasios o similar que use el deportista.
- Tratamientos de fisioterapia necesarios



SALIDAS Y BLOQUES

EL PRECIO DE CADA BLOQUE DE ENTRENAMIENTO Y/O COMPETICIÓN INCLUYE

- **Transporte** por los medios que establezca RTS (furgonetas, avión, etc), tanto a las salidas como durante las salidas y los bloques de entrenamiento. No incluye el desplazamiento del/de la deportista hasta el punto de salida/desde el punto de llegada.
- **Alojamiento con pensión completa** en las concentraciones, salidas y bloques
- **Alojamiento en la "casa RTS"** de noviembre a Abril, los días que el equipo esté en la casa. Se te facturará en función de los días que te alojes a 25 euros/día, pensión completa.
- **Forfaits** y gastos de pista.
- **Inscripciones** a las carreras



MATERIAL

La academia **RTS** pone el siguiente material a disposición de los programas deportivos:

- ☐ 4 furgonetas y 3 vehículos de apoyo
- ☐ Material entrenamiento en nieve: Cronos, palos, porras, taladros, radios, repuestos, etc
- ☐ Material skiman: afiladoras trione, mesas, limas, diamantes, ceras HOLMENKOL, etc)
- ☐ Cámaras de vídeo
- ☐ Ordenadores portátiles, teléfonos, etc para los entrenadores
- ☐ Material entrenamiento físico (barras, pesas, etc)



PREGUNTAS



☐ **Prefiero pagar a plazos la parte fija. ¿Cabe esa opción?**

No. El precio del programa deba abonarse en las fechas fijadas. Por otro lado, en caso de optar por pago en función de las salidas y bloques, el coste de las concentraciones, entrenamientos y carreras, se satisface por con antelación a cada evento, excepto posibles desviaciones que se abonarán cuando así se notifique.

☐ **¿Puedo seguir con mi federación y/o mi club?**

Por supuesto.

☐ **Consideráis hacer pretemporada en Chile o Argentina.**

No, salvo casos especiales.

☐ **¿Tengo que acudir a todas las concentraciones o bloques?**

Las concentraciones, salidas y carreras se pagan a parte y no es obligatorio acudir a las mismas, aunque sí muy recomendable si quieres optimizar resultados. Las concentraciones de preparación física son obligatorias. Además, antes de entrenar en nieve, deberás superar una serie de pruebas físicas.

☐ **¿Me devolvéis el dinero si sufro una lesión y no puedo seguir con el programa?**

No, salvo que subscribas un seguro voluntario, que tiene un coste de 1.000 euros y que te garantiza un cobro mensual de 900 euros en caso de lesión hasta que finalice la temporada (abril) o te den el alta médica

☐ **¿Puedo cancelar la salida a un bloque una vez ya pagado?**

Si, puedes cancelarla, pero solo tendrás derecho a una devolución parcial de lo que hayas pagado (Hay gastos ya pagados que no se suelen poder cancelar).

☐ **¿Puedo cancelar el programa, una vez ya pagado?**

Sí, puedes abandonar el programa en cualquier momento, pero no ha lugar a devolución de ningún importe ya satisfecho.

SIGUIENTE PASO

- ☐ Firmar el contrato "compromiso del deportista".
- ☐ Cada deportista debe pasar por su cuenta un examen médico que evalúe su aptitud para la práctica deportiva de alto nivel. Además lo exige la RFEDI para la licencia..
- ☐ Pruebas físicas de RTS. Debes superar una serie de pruebas físicas para poder acceder al programa.



CONTACTO

Web <https://www.rts.ski>

E-mail info@rts.ski

WhatsApp: +34 626 24 22 31

Además puedes contactar con nosotros en los siguientes números, ya sea telefónicamente, vía WhatsApp o Telegram:

A. Richard Doliwa (Director) +34 626 24 22 31

Jordi Serra (Head Coach) +34 652 116 992

Miriam Ansorena +34 649 40 32 50

