

MEMÒRIA D'ACTIVITATS

2024



Índex de continguts



Introducció.....	3
Objectius.....	4
Activitat institucional.....	5
Activitat esportiva.....	8
Resultats esportius:	
- Jocs Olímpics i Paralímpics 2024.....	10
- Campionats del món i d'Europa.....	12
Millores materials.....	15
Activitat internacional.....	16
Projectes de recerca i publicacions.....	18
Comunicació i màrqueting.....	20
Responsabilitat social corporativa.....	21

INTRODUCCIÓ

Des de la seva fundació l'any 1987 per part de la Generalitat de Catalunya, el CAR de Sant Cugat ha estat una peça clau en el desenvolupament de l'esport d'elit a través d'ESPORTCAT. El seu objectiu principal és proporcionar als esportistes d'alt nivell els recursos necessaris per al seu desenvolupament esportiu i acadèmic, ajudant-los a assolir el màxim rendiment internacional.

Amb una combinació de serveis d'alta qualitat, les federacions, els entrenadors i els esportistes poden treballar conjuntament per obtenir resultats destacats, tant en competicions internacionals com en la formació acadèmica i professional. Els èxits obtinguts en campionats mundials són una prova d'aquest treball conjunt.

Aquesta col·laboració es fonamenta en una coordinació eficient dels recursos disponibles, aprofitant sinergies econòmiques i organitzatives que permeten optimitzar els resultats amb la mínima despesa. El CAR de Sant Cugat és, així, un punt de referència per a les federacions espanyoles i catalanes, amb el suport del Consell Superior d'Esports (CSD) i la Secretaria General de l'Esport i l'Activitat Física, que faciliten els mitjans per a la formació i l'entrenament d'esportistes d'alt nivell.



LA MISSIÓ DEL CAR.

El CAR és una institució dedicada als esportistes d'elit, reconeguda pels seus serveis de qualitat, amb esportistes i entrenadors d'arreu del món i amb la voluntat de desenvolupar l'esportista en totes les seves dimensions esportives i personals. La creació de referents esportius és una eina perquè la societat practiqui més esport i millori la salut comunitària.

El CAR desenvolupa polítiques esportives de la Generalitat de Catalunya, de qui té dependència, i té un vincle institucional amb el Consejo Superior de Deportes, les federacions esportives i altres institucions d'arreu, com els comitès olímpics, els mitjans de comunicació i el món empresarial. Els recursos principals del Centre són el seu equip humà i les instal·lacions de la seva seu.

LA VISIÓ DEL CAR.

El CAR aspira a ser reconegut com a instrument principal de suport per aconseguir l'èxit esportiu.

Ho resumim en el següent lema:

ENFOCANT L'EXCEL·LÈNCIA / FOCUSING ON EXCELLENCE

ELS VALORS DEL CAR.

- **L'esforç:** la condició necessària i insubstituïble per a l'èxit tant dels esportistes com dels qui els donen serveis.
- La carrera dual: reconèixer la integritat de l'esportista i la necessitat d'un desenvolupament global i personal, respectant les necessitats de cada edat, etapa i transició.
- **La innovació:** el repte per arribar a ser el millor en la pròpia especialitat incorpora la necessitat de millorar constantment i buscar noves solucions per a incrementar els resultats, aplicant-ne el coneixement generat i compartint-lo.
- **La superació:** per a la cerca del rendiment cal un clima d'excel·lència que es viu a tota la institució.
- **El respecte a tothom i a un mateix:** la col·laboració i el treball en equip, junt amb la valoració de la diversitat, són eines identitàries per a l'assoliment de resultats.

Per situar-nos en la presentació de les dades d'aquesta memòria, cal tenir en compte l'estructuració del calendari esportiu i escolar, que s'organitza en períodes de dos anys (des de setembre d'un any fins al juliol de l'any següent), en funció dels esports o dels estudis. Per tant, les dades relatives al nombre de beques i els resultats esportius que es presenten no corresponen a l'any natural, sinó a la temporada esportiva especificada en cada cas.

OBJECTIUS

Segons els seus estatuts (DECRET 132/2020, del 17 de novembre, pel qual s'aproven els Estatuts del Centre d'Alt Rendiment Esportiu de Sant Cugat del Vallès), la finalitat del CAR és la promoció de l'alt rendiment esportiu.

Per aconseguir aquesta finalitat li correspon fer tota classe d'actuacions d'administració, gestió i disposició relacionades amb l'alt rendiment esportiu i amb l'esport en general.

Per poder assolir els seus objectius, el CAR ha de modernitzar les seves instal·lacions esportives per mantenir-les actualitzades i en bon estat, i fins i tot instal·lar equipaments nous per adaptar-se als programes esportius. Així mateix, ha de vetllar pel bon manteniment de les instal·lacions de serveis de suport, imprescindibles totes per al desenvolupament de les activitats, incloent-hi la millor tecnologia aplicada al rendiment esportiu i l'equipament i materials necessaris i adaptant-les a les necessitats i mesures de salut de cada moment.

Proporcionar als/a les esportistes de nivell internacional els mitjans necessaris (beques) per desenvolupar la seva activitat esportiva i educativa al CAR de Sant Cugat, especialment en la seva preparació per a les competicions internacionals.

Donar suport a la Secretaria General de l'Esport i l'Activitat Física en la implementació de les seves polítiques, formant part de la línia estratègica d'ESPORTCAT i treballant conjuntament per detectar models d'èxit i compartir coneixement.

Mantenir les relacions a escala internacional perquè el CAR continuï sent un referent al món de l'esport.

Treballar en la implantació del **pla estratègic 2022-2024** aprovat pel Consell d'Administració, que inclou les àrees següents:

- 1. Evolució i millora dels processos tècnic-esportius d'alt rendiment.
- 2. Actualització i renovació d'equipaments i instal·lacions del Centre.
- 3. Millora de la sostenibilitat, la gestió interna i l'organització.
- 4. Millora de la comunicació i pla de màrqueting.
- 5. Enfortiment de la responsabilitat social corporativa.

Fets més destacats

L'any 2024 ha estat un període intens i significatiu marcat per esdeveniments que han deixat una empremta en el nostre entorn esportiu, polític i institucional. A continuació, presentem un resum dels moments més rellevants:

- Any Olímpic: París 2024

Els Jocs Olímpics i Paralímpics de París 2024 han esdevingut una fita mundial que ha inspirat esportistes, institucions i ciutadans d'arreu del món. La destacada participació i l'excel·lència dels nostres atletes en aquest esdeveniment han posat de manifest el talent i la preparació esportiva de casa nostra, situant-nos com a referent en diverses disciplines. Hi han participat prop de seixanta esportistes del CAR, alguns consolidant la seva trajectòria i d'altres debutant en aquesta cita tan especial i significativa.

- Canvi de Govern a Catalunya i creació de la Conselleria d'Esports

El nou govern de Catalunya, constituït aquest any, ha impulsat un canvi històric amb la creació de la Conselleria d'Esports. Aquesta iniciativa reforça el compromís institucional amb la promoció de l'esport, l'activitat física i els valors associats. A conseqüència d'aquests canvis, s'ha renovat la composició del nostre consell d'administració.

- Inauguració Pavelló d'Atletisme

Un dels grans assoliments del 2024 ha estat la readaptació i posada en marxa d'un pavelló d'atletisme amb nova tecnologia i noves eines d'anàlisi de la tècnica i la carrera de l'atleta, pensat per oferir les millors condicions als nostres esportistes d'elit.



ACTIVITAT INSTITUCIONAL

VISITES PERSONALITATS I DELEGACIONS 2024

Durant aquest any 2024, el CAR ha rebut la visita de nombroses personalitats i delegacions, reforçant les relacions institucionals i consolidant el seu paper com a referent esportiu internacional. A continuació, es detallen les visites més destacades:

- 15 de març: Núria Cuenca, secretària general de la Presidència.
- 11 de juliol: Pilar Alegría, ministra de Formació Professional, Educació i Esport.
- 18 de juliol: Laura Vilagrà, consellera de Presidència, acompanyada per Anna Caula, secretària general de l'Esport i de l'Activitat Física.
- 2 de setembre: Berni Àlvarez, nou conseller d'Esports, juntament amb el seu equip, després de la creació del Departament d'Esports.
- 4 d'octubre: Berni Àlvarez, conseller d'Esports, i José Manuel Rodríguez Uribes, president del CSD, acompanyats dels seus equips respectius.

ACTES DESTACATS

Aquest any, el CAR ha organitzat diverses jornades obertes a la ciutadania amb l'objectiu d'apropar el centre a tothom, independentment de si tenen o no relació amb l'esport d'elit. Aquestes activitats permeten conèixer de primera mà els diferents àmbits de treball que es desenvolupen al CAR amb els nostres esportistes.

Jornada Talent: "Acompanyament i entrenament psicològic de l'esportista"

Organitzem una nova jornada de divulgació titulada "Acompanyament i entrenament psicològic de l'esportista", amb l'objectiu de donar a conèixer les àrees d'intervenció de la psicologia en l'àmbit esportiu. Durant la sessió, es va reflexionar sobre diverses formes d'implementar la psicologia de l'esport, incloent-hi aspectes com el mercat de treball i la disponibilitat de professionals, la iniciativa privada i els ajuts públics.

Aquesta sessió es va celebrar el dijous 25 de gener al CAR, amb una àmplia participació i un notable interès per part dels assistents.



Jornada Talent: "Camí als Jocs de París".

El 14 de març, el CAR va organitzar la jornada de divulgació titulada "Camí als Jocs de París", centrada en la preparació dels i les esportistes del CAR per als Jocs Olímpics i Paralímpics de París. L'esdeveniment tenia com a objectiu destacar els elements multidisciplinaris i singulars que el CAR ofereix per preparar esportistes d'alt nivell davant la competició més rellevant.



Durant la jornada, es van compartir mètodes de treball propis de diverses disciplines, com ara la preparació física, la psicologia, la medicina esportiva, la fisioteràpia, l'educació, la biomecànica, entre altres.

Aquesta iniciativa va posar en valor el coneixement i l'experiència del CAR com a centre d'excel·lència en la preparació integral dels esportistes per afrontar els reptes dels Jocs Olímpics i Paralímpics.

Protocol i guia de protecció d'infants i adolescents davants les violències en l'àmbit esportiu.

El passat 5 de setembre, el conseller d'Esports, Berni Àlvarez, acompanyat del secretari general del Departament d'Esports, Abel García, va presentar al CAR de Sant Cugat el "Protocol marc de protecció d'infants i adolescents davant les violències en l'àmbit esportiu" i la guia breu "Esport segur (Re)conèixer, parlar i actuar". Aquestes noves eines, elaborades pel Departament d'Esports, tenen com a objectiu garantir espais segurs per a la pràctica esportiva tant per a infants com per a adults.

Aquest protocol serà aplicable a tot el personal i entitats que treballin en l'àmbit esportiu amb menors, que hauran d'adaptar-lo a les seves necessitats i garantir-ne la difusió perquè sigui conegut i aplicat correctament. L'acte va comptar amb l'assistència de més de 150 professionals del sector esportiu català.

A més del conseller, altres ponents van intervenir durant l'acte, com Abel García, i Rosa Llorens, especialista en igualtat en l'esport. També hi van participar Araceli Jorba, dels Mossos d'Esquadra, i Susanna Soler, professora de l'INEFC Barcelona, qui va parlar sobre la connexió entre espais segurs i equitat.



ACTIVITAT INSTITUCIONAL

Acte d'inici de temporada i homenatge als esportistes més destacats de la temporada 2023/24

El passat 4 de desembre, el CAR va viure una jornada memorable que va combinar el reconeixement als èxits esportius amb la inauguració d'una instal·lació tecnològica de referència: el nou pavelló d'atletisme. La jornada va comptar amb la presència del conseller d'Esports, Berni Álvarez, acompanyat pel secretari general de l'Esport, Abel Garcia, i el director del CAR, Ramon Terrassa.

Matí: Lliurament de certificats de beques:

Durant el matí, es van lliurar els certificats de beques atorgades pel Govern de Catalunya als esportistes de diverses disciplines del CAR, com natació, waterpolo, lluita, trampolí i tennis taula, entre d'altres. Aquesta temporada 2024/25, el CAR compta amb un total de 268 esportistes becats, consolidant-se com un centre de referència en l'impuls de l'esport d'alt nivell.

Tarda: Homenatge als èxits de la temporada 2023/24

A la tarda, es va celebrar l'acte oficial d'inici de temporada, on es van homenatjar els esportistes i entrenadors del CAR pels seus èxits en competicions internacionals. Entre els èxits destacats de la temporada 2023/24, sobresurten les 19 medalles olímpiques i paralímpiques assolides als Jocs de París.

Entre els homenatjats es troben:

- Equip de waterpolo femení, medalla d'or olímpica.
- Yassine Ouhdadi, atleta paralímpic, medalla d'or.
- Equip de natació artística, medalla de bronze a París.
- Jaël Bestué, atleta olímpica.
- Alberto Ginés, escalador olímpic.
- Equip de natació paralímpica i els seus tècnics.

A més, es van reconèixer esportistes i equips que van destacar en competicions europees i mundials, com Berta Abellán, Erik Noya i Evelyn Gómez, entre d'altres.



Inauguració del nou pavelló d'atletisme

Després de l'homenatge, es va inaugurar el nou pavelló d'atletisme del CAR, una instal·lació d'avantguarda equipada amb tecnologia avançada per a l'anàlisi del moviment i l'optimització del rendiment esportiu.

El pavelló es divideix en cinc zones especialitzades:

- Perxa.
- Salt de longitud i triple salt.
- Salt d'alçada.
- Recta de 60 metres.
- Espai de treball de força.



Gràcies a aquesta tecnologia avançada, els entrenadors poden accedir a dades en temps real per perfeccionar tècniques i maximitzar el rendiment dels atletes, reafirmant el compromís del CAR amb la innovació i l'excel·lència esportiva.



ACTIVITAT INSTITUCIONAL

Jornades “Obrim el CAR”

Tal com es va fer l'any 2023, aquest any, dins de l'àmbit ESPORTCAT, destaca el projecte "Obrim el CAR", impulsat per la Secretaria General de l'Esport i l'Activitat Física. Aquesta iniciativa té com a objectiu donar a conèixer el Centre d'Alt Rendiment (CAR), un espai on es prepara l'elit esportiva catalana.

Durant l'any, es van organitzar dues jornades adreçades a nens i nenes, oferint-los l'oportunitat de passar un dia al CAR, viure l'experiència de la preparació esportiva d'alt nivell i compartir moments amb els esportistes que entrenen al centre. Les jornades van ser:

- Obrim el CAR: Natació carreres i tir olímpic – 13 d'abril.
- Obrim el CAR: Natació carreres – 25 de maig.

XERRADES I ACTIVITATS

No podem oblidar que una de les finalitats del CAR és la prestació de serveis vinculats a la creació del coneixement, el desenvolupament i la formació en ciències, disciplines i matèries aplicades a l'esport d'alt rendiment. En aquest sentit, s'han organitzat l'any 2024, una sèrie de xerrades per famílies, dels esportistes matriculats a l'ESO i el Batxillerat del CAR:

- Psicologia Esportiva; Entendre la Competició.
- Departament de Medicina de l'Esport. Com treballem.
- La figura del delegat de protecció al CAR.

Jornada: Reptes per generar espais segurs per a la infància:

El 13 de novembre, el CAR va ser l'escenari de la jornada “Reptes per generar espais segurs per a la infància”, una trobada centrada a analitzar l'impacte de la LOPIVI (Llei Integral de Protecció a la Infància i l'Adolescència davant la Violència) i promoure un canvi de paradigma social per erradicar qualsevol forma de violència contra infants i adolescents en l'àmbit esportiu.

Durant la jornada, Joan Vives, psicòleg del CAR, va destacar la necessitat de combinar exigència amb seguretat i suport als esportistes, mentre Víctor Cano va posar èmfasi a crear entorns positius basats en el respecte, la comunicació i el positivisme. Andrea Fuentes va subratllar la importància de trobar un equilibri entre respecte i màxima exigència, potenciant l'esportista amb inspiració en lloc de por. A més, Iñaki Alonso va alertar sobre els casos d'abús en l'esport i va remarcar la urgència de crear espais segurs per protegir els més joves.

Aquesta jornada estava dirigida a entrenadors/es, federacions, personal CAR i famílies.

COMIATS ESPORTISTES

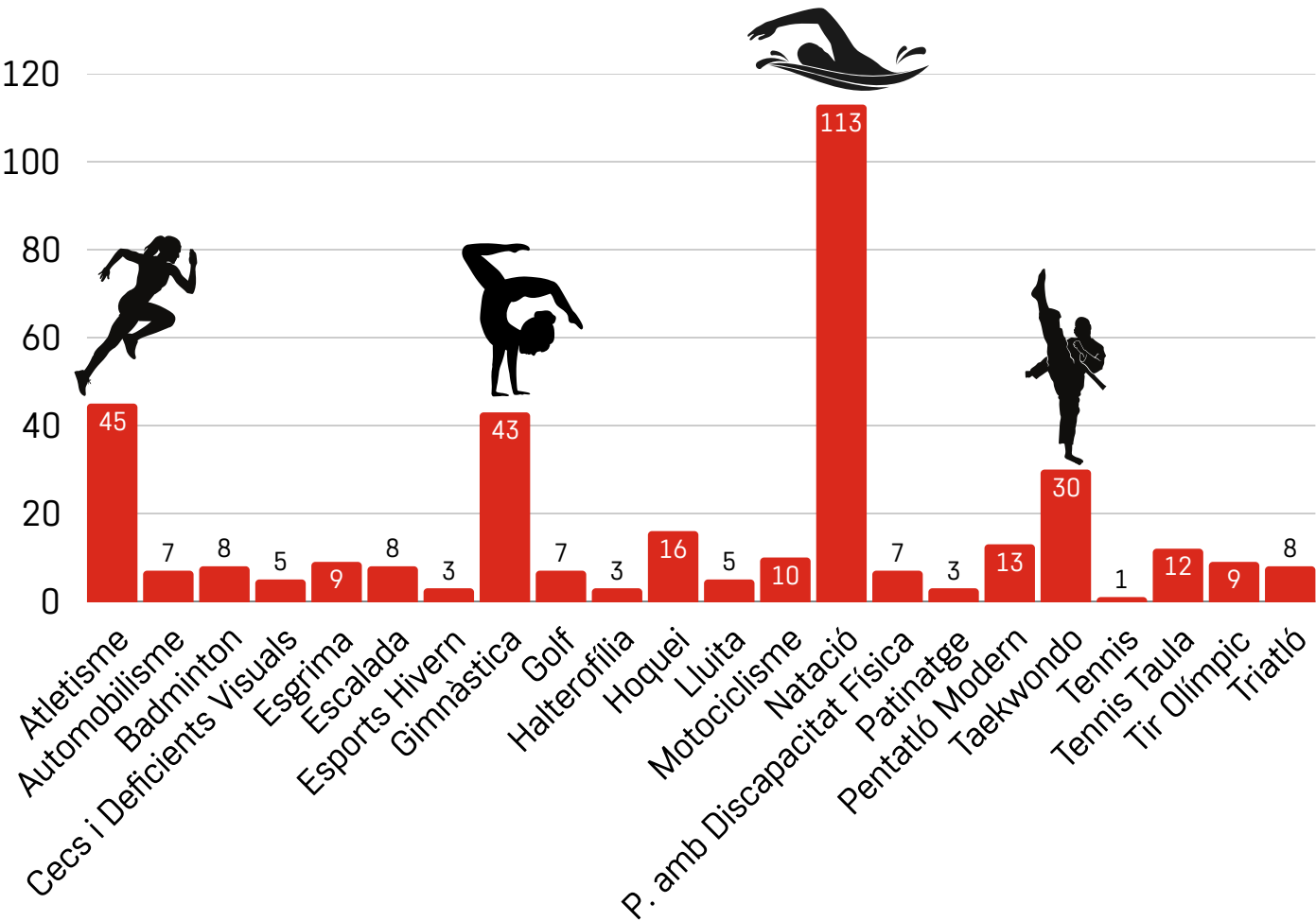
Laura Ester i Berta Ferreras, dues esportistes d'elit, s'acomiaden de l'esport professional en actes emotius al CAR. Laura, portera icònica de waterpolo, deixa un llegat excepcional amb la Triple Corona i nombrosos títols, mentre que Berta, destacada en natació artística, conclou una carrera dual exemplar com a olímpica i psicòloga. Totes dues reben homenatges per la seva dedicació, humilitat i impacte en les futures generacions.



ACTIVITAT ESPORTIVA

ESPORTISTES AL CAR (TEMPORADA 2024-2025) *Dades a 31/12/2024

NÚMERO D'ESPORTISTES PERMANENTS AL CAR PER FEDERACIÓ:



DADES D'ESPORTISTES PERMANENTS CLASSIFICAT PER TIPUS DE BECA:

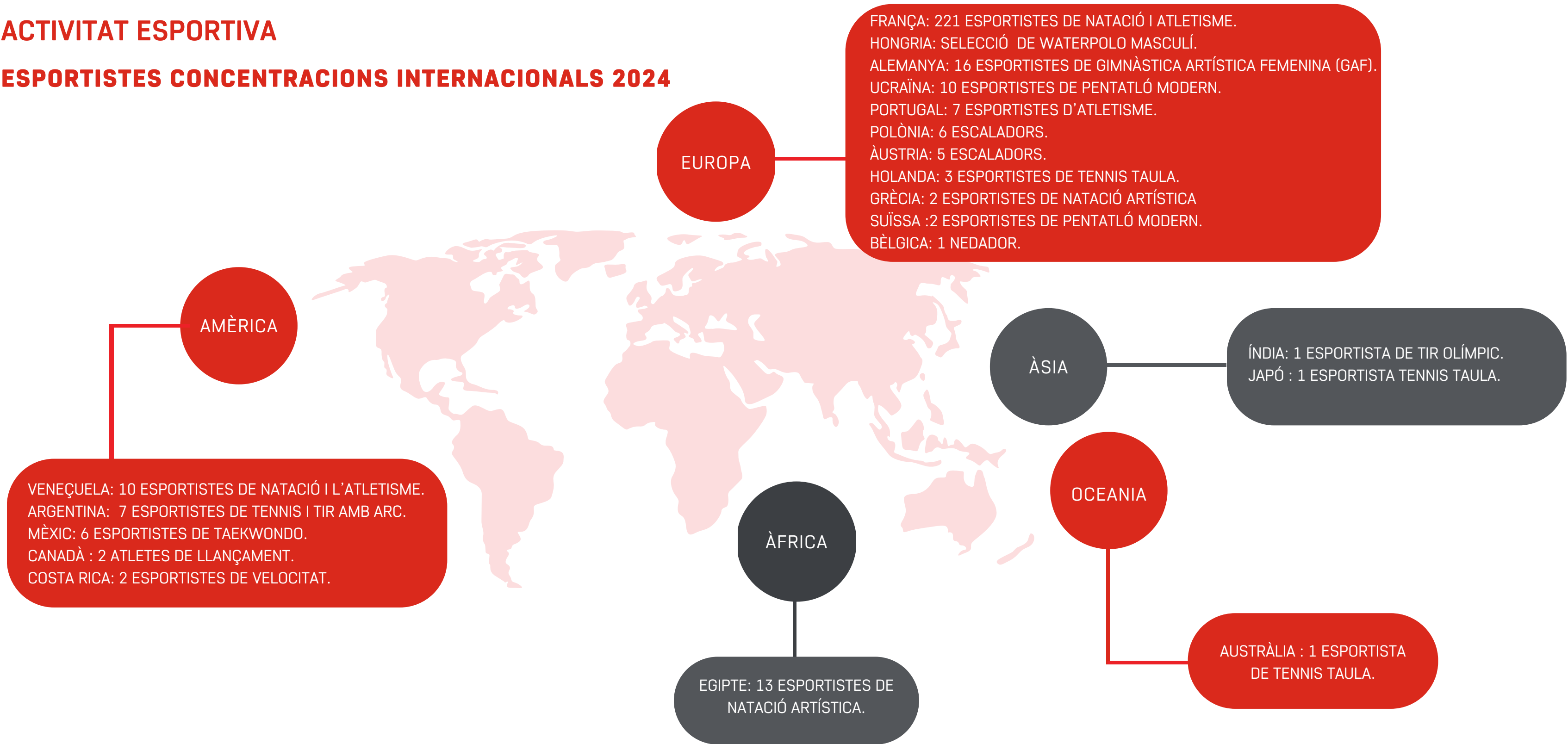
Esportistes	CSD	CSD	CCE	CCE
	Dones	Homes	Dones	Homes
Interns	35	34	34	39
Mixt	10	11	76	82
Entrenament	0	0	20	23
TOTAL	45	45	130	144

DADES D'ESPORTISTES EN CONCENTRACIÓ TEMPORALS AL CAR:

Esportistes	CSD	CCE	Estrangers i altres
Dones	765	141	302
Homes	770	264	387
Total	1.535	405	689

ACTIVITAT ESPORTIVA

ESPORTISTES CONCENTRACIONS INTERNACIONALS 2024



RESULTATS ESPORTIUS



Jocs Olímpics i Paralímpics de París 2024

Els Jocs Olímpics i Paralímpics de París 2024, esdeveniment extraordinari que com tota cita olímpica esdevé un moment fonamental per al CAR, han deixat una empremta històrica i inoblidable per als i les esportistes del CAR que hi han participat, amb alguns consolidant la seva experiència i altres debutant amb èxit en aquesta cita tan especial i important.

Les dades més rellevants són l'obtenció d'11 medalles i 19 diplomes per part d'esportistes del CAR:

Waterpolo femení: Medalla d'or històrica.

Natació artística: Medalla de bronze.

En el duet mixt, format per Alisa Ozhogina i Iris Tió, l'equip va acabar en setena posició a la final, obtenint per tant un **Diploma Olímpic**.

L'equip de **waterpolo masculí**, va tancar la seva participació als Jocs Olímpics de París 2024 amb una destacada quarta posició, **Diploma Olímpic**.

Natació : Emma Carrasco va acabar 15a en els 200 metres estils, mentre que César Castro, Paula Juste, Alba Herrero, Jessica Vall i África Zamorano van completar la delegació de natació del CAR.



En **atletisme**, el CAR va comptar amb tres representants: Cristina Montesinos (marxa), Jael Bestué (velocitat) i Josué Canales (fons).

Montesinos va finalitzar desena en els 20 km marxa i novena en el relleu mixt amb Miguel Ángel López. Bestué, en els 200 metres va assolir la millor marca d'una espanyola en aquesta distància en uns Jocs Olímpics, 23.17. També va córrer el relleu 4x100, que va quedar setè de la segona sèrie.



La **gimnàstica trampolí** va debutar als Jocs Olímpics amb Noemí Romero i David Vega, que van assolir la novena i catorzena posició respectivament.

L'**escalada** va estar present en aquests Jocs amb **Leslie Romero**, que va obtenir un **Diploma Olímpic**, i **Alberto Ginés**, campió olímpic a Tòquio, que va acabar setè en la final de dificultat, sumant un altre **Diploma Olímpic**.

Hoquei herba: la selecció d'hoquei herba masculí va finalitzar en quarta posició, quedant-se a les portes del bronze, **Diploma Olímpic**, mentre que la selecció femenina va ser eliminada als quarts de final.

En **pentatló modern**, Laura Heredia, va acabar en dissetena posició.

En **tennis**, Pablo Carreño i Marcel Granollers van competir en dobles.

En **skateboard**, la jove promesa Daniela Terol va finalitzar en tretzena posició.

La marxadora María Pérez, qui es va recuperar d'una lesió al CAR gràcies al treball del fisioterapeuta Miquel Àngel Cos, va guanyar la medalla de plata en els 20 km marxa, i es va endur la medalla d'or en la prova de relleu mixt juntament amb Álvaro Martín.

RESULTATS ESPORTIUS

JOCS OLÍMPICS I PARALÍMPICS DE PARÍS 2024

Els esportistes paralímpics del Centre d'Alt Rendiment també han brillat als Jocs Paralímpics de París 2024, aconseguint diverses medalles i posicions destacades en disciplines com l'atletisme, la natació, el taekwondo i el tennis en cadira de rodes.

L'atleta **Yassine Ouhdadi** va ser una de les grans estrelles d'aquests Jocs Paralímpics, aconseguint una **medalla d'or en la prova dels 5000 metres**. A més de l'or, Ouhdadi també va competir en els 1.500 metres, on va finalitzar en **quarta posició** afegint un **Diploma olímpic**.

La natació adaptada:

Emma Feliu va obtenir una **medalla de bronze** en els relleus 4x100 metres lliures i va quedar en cinquena posició en els 400 metres lliures i en els 400 metres estils, a més de destacar en altres proves, amb una setena posició en els 100 metres esquena i els 50 metres lliures, obtenint **4 diplomes olímpics**.

Sarai Gascón va aconseguir un **bronze** en els relleus 4x100 estils i va ser sisena en els 100 metres lliures, **Diploma olímpic**.

Nuria Marqués va ser una de les grans protagonistes amb **dues medalles de plata** en els 200 metres combinats i els 100 metres esquena, a més d'un **bronze** en els relleus 4x100 estils. També va quedar quarta en els 400 metres lliures i 6a en els 100 metres braça, acumulant **dos diplomes olímpics**.

Toni Ponce va aconseguir una **plata** en els 100 metres braça, a més de destacar amb una quarta posició en els 200 metres lliures, **Diploma olímpic**.

Jose Antonio Marí va aconseguir un **bronze** en els relleus 4x100, mentre que altres participants com Jacobo Garrido, David Levecq, Òscar Salguero i Àlex Villarejo també van competir amb resultats significatius.

Miguel Luque, que disputava els que han estat els seus setens Jocs, fent podi en tots, va sumar una **medalla de bronze** en els 50 metres braça i va obtenir una cinquena posició en els relleus 4x50 estils, **Diploma olímpic**.

En **para-taekwondo**, **Joel Martin Villalobos**, que debutava com a paralímpic, va acabar en cinquena posició, **Diploma olímpic**.

Pel que fa al **tennis taula**, tant **Jordi Morales** com **Álvaro Valera** van obtenir **Diploma olímpic** en la prova de dobles. Per la seva part, el palista **Alejandro Díaz Tirado** va finalitzar en quarts de final, afegint un altre **diploma olímpic**.

En **tennis en cadira de rodes**, Martín de la Puente va aconseguir una **medalla de bronze** en la competició de dobles, i va obtenir una meritòria quarta posició en la competició individual, **Diploma olímpic**.

Altres esportistes que s'han preparat al CAR també van competir a París:

Entre ells, destaca l'equip de salt d'Iván Pedroso, amb un Jordan Díaz que va obtenir la medalla d'or en triple salt, acompanyat per les actuacions d'Ana Peleteiro, Tessy Ebosele i Fátima Diame.

Gran part de la delegació canadenca d'atletisme va entrenar al CAR abans de marxar a París, delegació de la qual forma part Marco Arop, que va guanyar la medalla de plata en 800m.

El també atleta costa-riqueny Gerald Drummond, que va preparar-se al Centre, va arribar a les semifinals dels 400 metres tanques.

També l'escaladora polonesa Alexandra Miroslaw, que ha estat concentrada al CAR aquesta temporada en diverses ocasions, s'ha convertit en campiona olímpica, emportant-se l'or a París.



RESULTATS ESPORTIUS
CAMPIONATS DEL MÓN I D'EUROPA

DISCIPLINA	EVENT/COMPETICIÓ	RESULTATS OBTINGUTS
Natació Artística	Campionat Mundial – Doha 2024	- Plata Mundial – Equip Tècnic - Bronze Mundial – Duet Tècnic (Iris Tió i Alisa Ozhogina) - Plata Mundial – Solo Tècnic Masculí (Dennis) - Plata Mundial – Duet Mixt Lliure (Mireia i Dennis)
	Campionat Europeu – Belgrad 2024	- Or Europeu – Equip Tècnic - Or Europeu – Duet Mixt Tècnic (Mireia i Dennis) - Or Europeu – Duet Mixt Lliure (Emma i Dennis) - Or Europeu – Solo Tècnic Masculí (Dennis)
Hockey Patins	Mundial –Novara 2024	- Or Mundial – Selecció Absoluta Femenina - Or Mundial – Selecció Absoluta Masculina - Or Mundial – Selecció U19 Masculina
Halterofília	Campionat Europeu – Salònica 2024	- Or –Snatch (Evelyn Romero) - Plata – Total Olímpic (Evelyn Romero)

RESULTATS ESPORTIUS
CAMPIONATS DEL MÓN I D'EUROPA

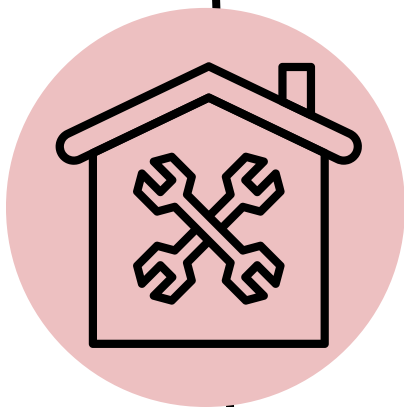
DISCIPLINA	EVENT/COMPETICIÓ	RESULTATS OBTINGUTS
Trampolí	Campionats Mundials i Europeus	- Plata Mundial – Trampolí per equips (David Franco, David Vega, Robert Vilarasau) - Plata Mundial – Doble mini tramp per equips (David Franco, Andrés Martínez) - Or Europeu – Doble mini tramp per equips (David Franco, Andrés Martínez) - Plata Europea – Doble mini tramp individual (Andrés Martínez) - Bronze Europeu – Trampolí per equips (David Vega, Robert Vilarasau) - Or Europeu – Doble mini tramp per equips (Andrés Martínez) - Plata Europea – Doble mini tramp individual (Andrés Martínez) - Bronze Europeu – Trampolí individual (Noemí Romero)
Trial	Campionat Mundial – Trial GP 2024	- Plata Mundial – Berta Abellán
Waterpolo	Campionats Mundials i Europeus	- Plata Europea – Selecció Absoluta Femenina - Or Europea – Selecció Absoluta Masculina - Or Mundial – Selecció Femenina U18 - Or Mundial – Selecció Masculina Cadet - Or Mundial – Selecció Femenina U16 - Bronze Europeu – Selecció Masculina U19
Atletisme – Marxa	Campionat Mundial U20 – Antalya 2024	- Or Mundial U20 – 10000m per Equips (Griselda Serret)

RESULTATS ESPORTIUS
CAMPIONATS DEL MÓN I D'EUROPA

DISCIPLINA	EVENT/COMPETICIÓ	RESULTATS OBTINGUTS
Para-atletisme	Mundial –Kobe 2024	- Or Mundial – 5000m T13 (Yassine Ouhadi)
Para-natació	Campionat Europeu – Madeira 2024	- Or Europeu – Relleus 4x50 estils i lliure 100m S9 (Sarai Gascón, Miguel Luque) - Or Europeu – Lliure 200m, Estils 200m i Esquena 200m SM9 (Nuria Marquès) - Or Europeu – Braça 100m SB5 (Antonio Ponce) - Or Europeu – Relleus 4x50 estils (Antonio Ponce) - Or Europeu – Lliure 100m (Sarai Gascón) - Plata Europeu – Lliure 400m S9 (Jacobo Garrido) - Plata Europeu – Esquena 50m i Papallona 50m S5 (Antonio Ponce) - Plata Europeu – Braça 100m SB8 (Óscar Salguero) - Plata Europeu – Lliure 50m i 100m S13 (Emma Feliu) - Bronze Europeu – Estils 200m S6 (Antonio Ponce) - Bronze Europeu – Relleus 4x100 lliures (Ariel Enrique Schrenck) - Bronze Europeu – Relleus 4x100 estils (José Antonio Marí) - Bronze Europeu – Estils 200m (Sarai Gascón)
Tennis Cadira de Rodes	Wimbledon 2024	- Finalista – Individuals (Martín De la Puente)

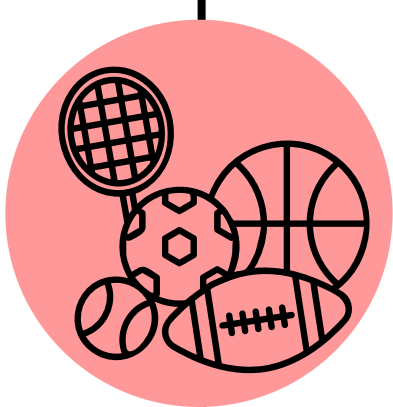
MILLORES MATERIALS

MILLORES MATERIALS 2024



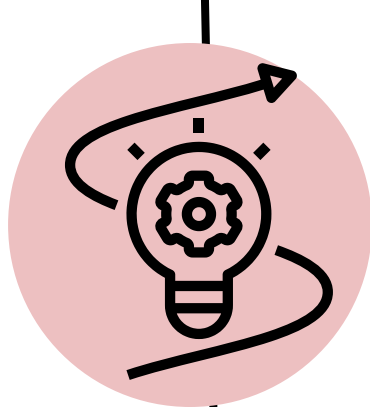
REHABILITACIÓ I RENOVACIÓ D'ESPAIS

- 1. Renovació mobiliari residència (tauletes de nit, escriptoris).
- 2. Renovació mobiliari sales d'estudi (taules i cadires).
- 3. Renovació terra del hall Central.
- 4. Taules i cadires pel menjador.
- 5. Canvi de pantalles d'il·luminació del hall central.
- 6. Nou dipòsit d'aigua calenta sanitària.
- 7. Vestidor petit de sota residència.
- 8. Split aules sota residència.
- 9. Impermeabilització filtracions solàrium mòdul.
- 10. Acumulador per residència.
- 11. Dues calderes mòdul.



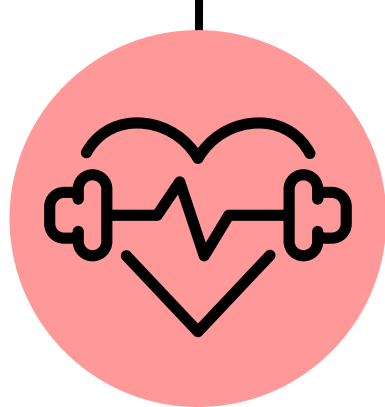
ADAPTACIONS I ADQUISICIONS ESPORTIVES

- 1. Quadre elèctric pel camp de futbol.
- 2. Nou climatitzador sala de tir.
- 3. Focus pistes de tennis.
- 4. Màquines entrenament força.
- 5. Torres de suport elèctric.
- 6. Pavelló d'atletisme.
- 7. Renovació mostrador i insonorització sala de tir.
- 8. Adquisició d'un air track per a gimnàstica artística.
- 9. Adquisició de matalassos i malles per trampolí.
- 10. Adquisició de tres pòdiums de natació OMEGA.
- 11. Adquisició de noves preses d'escalada.
- 12. Adaptació de l'antiga zona de perxa a la zona de llançaments indoor.
- 13. Canvi de terra de les plataformes de salts de natació.
- 14. Dos mantes per la piscina de 50 metres.



INNOVACIÓ I TECNOLOGIA

- 1. Sistema visualització mòdul atletisme.
- 2. Suports elements visuals i xarxa mòdul atletisme.
- 3. Dues càmeres projecte vídeo.
- 4. Impressora 3D.
- 5. Nous terminals SIP.
- 6. Tv per natació artística.
- 7. Kit àudio piscina de salts.
- 8. Cèl·lules fotoelèctriques pel mòdul d'atletisme.
- 9. Programes de captura i anàlisi del moviment esportiu.
- 10. Altaveus subaquàtics.



CIÈNCIA I MEDICINA

- 1. Sistema d'entrenament ocular.
- 2. Ambulància elèctrica.
- 3. Electromiògraf.
- 4. Sensors inercials per mesurar la càrrega de treball dels esportistes.
- 5. Aparell recuperació.
- 6. Analitzador de gasos.
- 7. Sistema de rehabilitació
- 8. Nova versió de la Twin Dolly.
- 9. Ecògraf.

ACTIVITAT INTERNACIONAL

Associació de Centres d'Alt Rendiment Esportiu (ASPC)

En col·laboració amb l'Associació de Centres d'Alt Rendiment Esportiu (ASPC), l'Institut d'Esports de Hong Kong (HKSI) va organitzar el XII Fòrum Internacional de l'ASPC sobre l'esport d'elit sota el lema “Millorant l'esport d'elit: perspectives asiàtiques i desenvolupament”. L'esdeveniment va tenir lloc del 4 al 6 de desembre de 2024 a les instal·lacions del HKSI.

Inicialment previst per al 2021, el fòrum es va ajornar fins al 2024 a causa de la pandèmia. Aquesta trobada té com a objectiu principal facilitar l'intercanvi de bones pràctiques, promoure el desenvolupament professional dels líders dels centres d'alt rendiment de tot el món i explorar oportunitats per a una col·laboració global més efectiva.



VISITES INTERNACIONALS DESTACADES

- ICECP Formació Solidaritat Olímpica. NAMIBIA, ZAMBIA, ECUADOR.
- Ministre d'Esports de Veneçuela.
- Delegació del Comitè Olímpic dels Països Baixos.
- Projecte PRODIGY - DUBAI.
- TOPSPORT SCHOOL DE GANT. FLANDES.
- Directius Johann Cruyff Institute.
- NORWEIG SPORT INSTITUTE. Membre ASPC.
- LANCON STUDY. Universitat Ohio.
- Universitat de l'estat de Bahia, BRASIL.
- LEGIA TRAINING CENTER.
- Cambra de comerç, República de KYRGYZTAN.
- Delegació de la ciutat Etióp de Dire Dawa.
- Delegació de NAS PHILIPPINES.
- Visita del Comitè Olímpic de Corea
- Cònsol General de la Xina a Barcelona.

Festival Europeu de l'Esport (FeSPORT)

En el marc de la celebració dels Jocs Olímpics de París 2024, s'ha dut a terme el Festival Europeu de l'Esport (FeSPORT), una iniciativa finançada per la Unió Europea sota el programa Erasmus+ i liderada per l'Institut Nacional de l'Esport, l'Expertise i el Rendiment (INSEP) de París i UFOLEP. En el festival han participat deu països europeus, amb la implicació d'altres centres d'alt rendiment i institucions esportives europees.

En el festival, cada país participant ha tingut l'oportunitat de presentar dues activitats esportives o culturals representatives de la seva identitat nacional. A més, s'han organitzat jornades diàries de networking, conduïdes per cadascun dels països participants.

El Centre d'Alt Rendiment (CAR) de Sant Cugat ha representat Catalunya i Espanya amb dues activitats culturals molt emblemàtiques, realitzades en col·laboració amb els Castellers de Sant Cugat. Una de les jornades castelleres es va fer al Club de França, la “fan zone” més gran dels jocs, amb 10.000 visites diàries.

També, el CAR va organitzar una jornada de networking a la Delegació del Govern de Catalunya a París, amb l'objectiu de crear sinergies amb les altres delegacions participants i fomentar el diàleg sobre bones pràctiques en l'àmbit esportiu i cultural europeu.



ACTIVITAT INTERNACIONAL

Cursos internacionals d'entrenadors de Solidaritat Olímpica

Des del 1998, el CAR de Sant Cugat i l'Institut Nacional d'Educació Física de Catalunya (INEFC) de Barcelona han estat designats pel Comitè Olímpic Internacional com a centres de referència per a la formació d'entrenadors beneficiaris dels programes de Solidaritat Olímpica. Aquest any s'han dut a terme dues edicions, una presencial i una altra en línia.

Curs 46 Presencial

Alumnes: 32 (17 homes i 15 dones)

- Angola
 - Argentina
 - Aruba
 - Bolívia
 - Brasil
 - Xile
 - Colòmbia
 - Cap Verd
 - Costa Rica
- Cuba
 - Equador
 - El Salvador
 - Guinea Equatorial
 - Panamà
 - Perú
 - Paraguai
 - Uruguai
 - Veneçuela

Curs 47 En línia

Alumnes: 27 (17 homes i 10 dones)

- Angola
 - Argentina
 - Aruba
 - Bolívia
 - Brasil
 - Xile
 - Colòmbia
 - Cap Verd
 - Costa Rica
- Cuba
 - Equador
 - El Salvador
 - Guinea Equatorial
 - Panamà
 - Perú
 - Paraguai
 - Uruguai
 - Veneçuela



Homenatge a Ona Carbonell - COI



L'ex-nedadora i atleta del CAR, Ona Carbonell, va viatjar a Lausanne per visitar les instal·lacions de World Aquatics i el Comitè Olímpic Internacional (COI). Durant aquesta visita, se li va fer un emotiu homenatge en reconeixement a la seva trajectòria com a esportista olímpica. Com a part de l'acte, Ona Carbonell va tenir l'honor de signar la paret dels medallistes olímpics, un símbol destacat de la seva contribució i èxits en l'àmbit esportiu internacional.

ÚS DE LES INSTAL·LACIONS DEL CAR

Per part d'agències de publicitat, escoles de negocis i empreses per rodar anuncis publicitaris o organitzar esdeveniments durant aquest 2024 s'han dut a terme:

- 6 rodatges.
- 19 esdeveniments.
- 10 formacions.



Entre aquests usos, podem destacar:

Open Promeses Mireia Belmonte by Hyundai 2024

L'Open Promeses Mireia Belmonte by Hyundai és una iniciativa impulsada conjuntament per la nedadora olímpica Mireia Belmonte i Hyundai Motor Espanya, dirigida a joves nedadors de les categories aleví i infantil. El seu objectiu principal és fomentar la pràctica de la natació entre els més joves, promoure valors com l'esforç, la superació i el treball en equip, i identificar futures promeses d'aquest esport a Espanya. Aquests tenen l'oportunitat de participar en un exclusiu Campus de Tecnificació amb Mireia Belmonte al CAR.

PROJECTES DE RECERCA I PUBLICACIONS

Projectes de recerca i col·laboracions importants:

Durant aquest any 2024 el CAR ha portat a terme diversos projectes de recerca propis i ha col·laborat en altres, entre els quals val la pena destacar-ne els següents:

- **Projecte Erasmus+.Dual Promoting Mental Health Through the entourage in high performance sport (MENTIS):** El projecte té com a objectiu reforçar les iniciatives de salut mental dins de les organitzacions esportives europees d'alt rendiment i el desenvolupament de talent. Participants: Vrije Universiteit Brussel (Bèlgica), Loughborough University (Regne Unit), Centre d'Alt Rendiment de Sant Cugat (Espanya), Sveriges Riksidrottsförbund (Suècia), Comité Olympique et Interfédéral Belge ASBL (Bèlgica), Universitat Autònoma de Barcelona (Espanya), Nederlands Olympisch Comité-Nederlandse Sport Federatie Vereniging (Holanda), Institut National du Sport de l'Expertise et la Performance (França)



- **Projecte HeducaR: BECA de l'AGÈNCIA ESTATAL DE RECERCA - Convocatòria 2022 «Xarxes de Recerca»** És una xarxa temàtica en carreres duals saludables en l'esport espanyol, s'emmarca en una de les polítiques prioritàries de l'estratègia europea de recerca pel que fa a l'àmbit de l'esport i la salut. Té com a objectiu general definir una estratègia global de prevenció de la salut mental d'esportistes mitjançant la promoció de carreres duals. Participants: UAB, CAR, UCAM, INEF-UPM, UGR, UIB, UV, US, UNEX, UAL.
- **Projecte I+D HENAC, Entornos Saludables a lo largo de la Carrera Deportiva.** L'objectiu general "analitzar el paper dels entorns en l'acompanyament al desenvolupament de carreres esportives saludables (cap a o) en l'alt rendiment esportiu" Participants: UAB, CAR, UCAM, INEF-UPM

Tesis Doctorals

- Escalante O.: Lectura (HCL) Tesi Doctoral: "La comunicación entrenador-gimnasta durante el aprendizaje de habilidades técnicas en gimnasia artística masculina".
- Bellver M. Direcció de la tesi doctoral: Lesions en saltadors de llit elàstic. Natàlia Rovira. A dipositar durant el 2024-2025.

Medicina

- Programa de tractament quirúrgic de les lesions muscular en l'esportista i de cirurgia preservativa articular que està coordinat amb la Societat Espanyola de Traumatologia de l'Esport (SETRADE).
- Unitat d'estudi del maluc en l'esportista jove.
- Repercussió de la hipòxia cardíaca i cerebral en nadadores de natació artística. S'ha creat un grup de treball multidisciplinari entre CAR-CST-INEFC anomenat REDES. Es va realitzar la primera reunió de treball al CAR 21 novembre 2024.
- Elaboració del protocol per a l'estudi amb estabímetria i realització de tests a les diferents modalitats esportives.
- Elaboració del protocol per a l'estudi de l'atrapament de l'arteria poplítea.

Biomecànica

- Col·laboració CAR - RFEA: Anàlisi biomecànica de paràmetres cinemàtics en proves atlètiques en competició.
- Col·laboració CAR - RFEN: Anàlisi biomecànica de paràmetres cinemàtics en proves aquàtiques en competició.
- Projecte multicèntric "FlexoSkiBoots": Disseny d'una bota d'esquí apta per caminar (INDESCAT, Pista Negra Sports, Galca Atlantic, Modpow Engineering, INESCOP, Cluster Calzado e Innovación, U. Granada, CAR Sant Cugat). Projecte AEI (MCT) + Next Generation.

Psicologia

- SENSSPORT: Salut mental, sentido de vida y estilo parental, COMSAL - Comunicació i salut Blanquerna URL.

PROJECTES DE RECERCA I PUBLICACIONS

Publicacions

- Kegelaers, J., Wylleman, P., Kenttä, G., Vitali, F., Cecic-Erpic, Regüela, S., Teller, C., De Brandt, K. (2024). Recommendations to Promote Mental Health in Dual Career Development Environments: An Integrated Knowledge Translation Approach. *Journal of Applied Sport Psychology*, Mar 2024.
<https://doi.org/10.1080/10413200.2024.2334283>
- Zamora, R., Alcaraz, S., Regüela, S., Viladrich, C. Torregrosa, M. (2024). Choose your own story creative non-fiction about athletes attempting to qualify for the Olympics. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, may 2024.
<https://doi.org/10.1080/2159676X.2024.2348446>
- Vives-Ribó, J. (2024). Uso de la visualización para preparar la actitud de afrontamiento de la competición. En J. Palmi, J. Segura y C. Ventura (Eds.), *Libro de Actas XVIII Congreso de Psicología de la Actividad Física y del Deporte (FEPD)*. Editorial Inde (pp. 215-216).
- Miralbell, S., Ger, Andrés, A. Vives-Ribó, J. y Segura, J. (2024). Competencias parentales, nivel de práctica deportiva y sentido de la vida en deportistas jóvenes. En J. Palmi, J. Segura y C. Ventura (Eds.), *Libro de Actas XVIII Congreso de Psicología de la Actividad Física y del Deporte (FEPD)*. Editorial Inde (p. 49).



COMUNICACIÓ I MARQUÈTING

IMPACTE MEDIÀTIC

Resum 2024

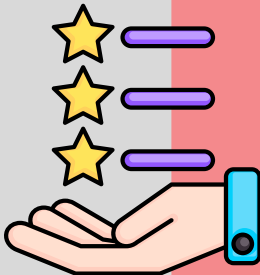
TOTAL D'APARICIONS A MITJANS DE COMUNICACIÓ



Prensa diària: 120 notícies.
Mitjans digitals: 72 notícies.

TEMES DESTACATS

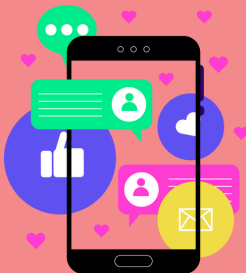
Jocs Olímpics i Paralímpics: 114 notícies.
Perfils personals: 20 notícies.
Gestió recursos / inversions: 24 notícies.
Retirades: 15 notícies.
Resultats esportius: 17 notícies.



ESPORTS AMB MAJOR REPERCUSSIÓ



Waterpolo: 49 notícies.
Natació artística: 31 notícies.
Natació: 21 notícies.
Atletisme: 19 notícies.



CREIXEMENT DIGITAL XARXES SOCIALS:



Instagram: 10.000 seguidors.



X : 9.031 seguidors.



LinkedIn: 1.721 seguidors (+400 en 2024).



YouTube: 91 subscriptors.
23.036 visualitzacions en menys d'un any.

VIDEOS DESTACATS - CANAL YOUTUBE

Vídeo més vist del canal: nedadora olímpica Emma Carrasco, 3.539 visualitzacions.

Vídeo promocional del CAR protagonitzat per Ona Carbonell, ha sumat 400 visualitzacions en menys de dos mesos.



WEB CAR:



Visites al lloc web: **17.000** visites segons Google Analytics.

COL·LABORACIONS I PUBLICACIONS:



Increment notable de publicacions amb esportistes, federacions i entrenadors.
Augment de l'engagement i reconeixement del CAR.

#FROMCARTOPARIS



Durant tot l'any, s'ha utilitzat el hashtag **#FromCARtoParís** per donar visibilitat als esportistes classificats per als Jocs Olímpics i Paralímpics de París 2024, destacant-ne els seus èxits, preparacions i classificacions.

RESPONSABILITAT CIVIL CORPORATIVA

Pel que fa a la responsabilitat social corporativa, el Centre d'Alt Rendiment va col·laborar un any més amb la **Cursa Científica de l'Hospital Santa Creu i Sant Pau**. Els beneficis de la carrera, que va néixer amb l'objectiu d'estudiar i promoure els beneficis de l'exercici físic per a les persones amb patologies cardíques, van destinats a la **Fundació Cors Units**, entitat amb la qual col·labora el nostre Centre, que també hi participa.



Un grup de nenes de l'**Àrea del Cor de l'Hospital Sant Joan de Déu** va tenir l'oportunitat de nedar amb l'equip olímpic de natació artística. Va ser una jornada excepcional, plena de generositat, valors esportius i, sobretot, molt de COR.



XERRADES A CENTRES PENITENCIARIS - CAR'SPEAKERS

Durant l'any 2024, el CAR de Sant Cugat col·labora amb el Departament de Justícia, Drets i Memòria, treballant conjuntament amb els professionals de l'àrea fisicoesportiva i amb el Programa CAR'Speakers, impulsat pel Departament d'Atenció a l'Esportista (DAE).

Aquesta col·laboració permet al CAR compartir amb la societat els aprenentatges acumulats pels esportistes olímpics i paralímpics gràcies a la seva trajectòria internacional. És una experiència enriquidora per als esportistes, que transmeten les seves vivències, esforç i compromís mitjançant xerrades i entrenaments esportius. L'objectiu és promoure valors educatius com la integració, la solidaritat, la tolerància, el treball en equip, la resiliència, l'esportivitat i el joc net, tot a través de l'esport.

A més, l'activitat física i l'esport es converteixen en una eina fonamental per millorar la salut, les emocions i les competències de les persones internes en els centres penitenciaris de Catalunya. És un món ple de reptes i oportunitats per descobrir i explicar.



Amb aquesta iniciativa, el CAR contribueix activament a la reinserció de les persones privades de llibertat, utilitzant l'esport com a eina de transformació i canvi social.

CA
R



CENTRE D'ALT
RENDIMENT

