

MEMORIA DE ACTIVIDADES

2025

CA
R



CENTRE D'ALT
RENDIMENT



Generalitat
de Catalunya



Consejo
Superior
de Deportes

Índice de contenidos

Introducción y objetivos.....	3
Resultados deportivos.....	6
Actividad deportiva.....	10
Infraestructuras y recursos al servicio del rendimiento.....	14
Ciencia, innovación e investigación aplicada al deporte	21
Actividad institucional	28
Proyección internacional y relaciones estratégicas	36
Comunicación, marca y visibilidad del CAR	41
Compromiso social, sostenibilidad y valores	44



Introducción y objetivos



INTRODUCCIÓN

Fundado el 1987 por la Generalitat de Cataluña, el CAR de Sant Cugat es un referente en el desarrollo del deporte de élite a través de ESPORTCAT. Su objetivo es ofrecer a los deportistas de alto nivel los recursos necesarios para potenciar su rendimiento deportivo y su formación académica.

Mediante servicios de alta calidad y el trabajo conjunto con federaciones y entrenadores, el CAR impulsa el éxito en competiciones internacionales y la proyección profesional de los deportistas. Esta tarea se basa en una gestión eficiente y coordinada de los recursos, optimizando resultados a través de sinergias organizativas y económicas.

Con el apoyo del CSD y desde el Departamento de Deportes el CAR de Sant Cugat se consolida como un centro de referencia para las federaciones catalanas y españolas.



LA MISIÓN DEL CAR.

El CAR es una institución de referencia dedicada a los deportistas de élite, reconocida por la calidad de sus servicios y por el acompañamiento integral de los deportistas en su desarrollo deportivo y personal. La creación de referentes deportivos contribuye a fomentar la práctica deportiva y a mejorar la salud de la sociedad.

El Centro desarrolla las políticas deportivas de la Generalitat de Cataluña y mantiene una estrecha colaboración con el Consejo Superior de Deportes, las federaciones deportivas y otras instituciones nacionales e internacionales. Sus principales activos son el equipo humano y las instalaciones de su sede.

LA VISIÓN DEL CAR.

El CAR aspira a ser reconocido como instrumento principal de apoyo para conseguir el éxito deportivo.

Lo resumimos en el siguiente lema:

ENFOCANDO La EXCELENCIA / FOCUSING ON EXCELLENCE

LOS VALORES DEL CAR.

- Esfuerzo, como base imprescindible del éxito.
- Carrera dual, que promueve el desarrollo global del deportista.
- Innovación, como motor de mejora continua y generación de conocimiento.
- Superación, fomentando un entorno a excelencia.
- Respeto, impulsando el trabajo en equipo y la valoración de la diversidad.

Marco temporal de la memoria

Para situarnos en la presentación de los datos de esta memoria, hay que tener en cuenta la estructuración del calendario deportivo y escolar, que se organiza en periodos de dos años (desde septiembre de un año hasta julio del año siguiente), en función de los deportes o de los estudios. Por lo tanto, los datos relativos al número de becas y los resultados deportivos que se presentan no corresponden al año natural, sino a la temporada deportiva especificada en cada caso.

OBJECTIVOS

Según sus estatutos (DECRETO 132/2020, del 17 de noviembre, por el cual se aprueban los Estatutos del Centro de Alto Rendimiento Deportivo de Sant Cugat del Vallès), la finalidad del CAR es la promoción del alto rendimiento deportivo. Para conseguir esta finalidad le corresponde hacer toda clase de actuaciones de administración, gestión y disposición relacionadas con el alto rendimiento deportivo y con el deporte en general.

Para poder lograr sus objetivos, el CAR tiene que modernizar sus instalaciones deportivas para mantenerlas actualizadas y en buen estado, e incluso instalar equipaciones nuevas para adaptarse en los programas deportivos. Así mismo, tiene que velar por el buen mantenimiento de las instalaciones de servicios de apoyo, imprescindibles todas para el desarrollo de las actividades, incluyendo la mejor tecnología aplicada en el rendimiento deportivo y la equipación y materiales necesarios y adaptándolas a las necesidades y medidas de salud de cada momento.

Proporcionar a los/a las deportistas de nivel internacional los medios necesarios (becas) para desarrollar su actividad deportiva y educativa al CAR de Sant Cugat, especialmente en su preparación para las competiciones internacionales.

Apoyar al Departament de Deportes en la implementación de sus políticas, formando parte de la línea estratégica de ESPORTCAT y trabajando conjuntamente para detectar modelos de éxito y compartir conocimiento.

Mantener las relaciones a escala internacional para que el CARO continúe siendo uno en lo referente al mundo del deporte.

Trabajar en la implantación del plan estratégico 2025-2028 aprobado por el Consejo de Administración, que incluye las áreas siguientes:

1. Evolución y mejora de los procesos técnico-deportivos de alto rendimiento.
2. Actualización y renovación de equipaciones e instalaciones del Centro.
3. Mejora de la sostenibilidad, la gestión interna y la organización.
4. Mejora de la comunicación y plan de marketing.
5. Fortalecimiento de la responsabilidad social corporativa.

Hechos más destacados del año 2025

El año 2025 ha sido un periodo intenso y significativo marcado por acontecimientos que han dejado una impronta en nuestro entorno deportivo, político e institucional. A continuación, presentamos un resumen de los momentos más relevantes:

- **Obras de eficiencia energética Next Generation**
- **Digitalización del sector del deporte - Next Generation**
- **Resultados mundial de natación en Singapur**
- **Mejora instalaciones deportivas: gimnasio módulo polideportivo y sala azul**

Resultados deportivos

Un año lleno de éxitos deportivos



CAMPEONATOS MUNDIALES: LA CUMBRE DEL DEPORTE

Nuestros deportistas han demostrado una capacidad competitiva de primer nivel en los Campeonatos Mundiales, consiguiendo varias medallas y posiciones destacadas.

El motociclismo y la natación artística han estado disciplinas particularmente fructíferas, con deportistas logrando la cumbre de sus categorías.

La presencia en el podio mundial se ha extendido a otras disciplinas, evidenciando la profundidad del talento deportivo. Estos resultados refuerzan la posición de nuestros deportistas en la escena global.



Deportista / Equipo	Disciplina	Resultado	Categoría
Berta Abellan Marsinach	Motociclismo - Trial Indoor	1a posición	Absoluto
Berta Abellan Marsinach	Motociclismo - Trial GP	1a posición	Absoluto
Duo libre mixto	Natación Artística	1a posición	Absoluto
Duo libre	Natación Artística	1a posición	Absoluto
Iris Tió	Natación Artística	1a posición	Absoluto
Selección masculina absoluta	Waterpolo	1a posición	Absoluto
Brian Uriarte Diego	Motociclismo - Velocidad	1a posición	Junior
Jaël Bestué Ferrera	Atletismo	2a posición	Absoluto
Selección femenina junior	Waterpolo	2a posición	Junior

CAMPEONATOS MUNDIALES: LA CUMBRE DEL DEPORTE

Deportista / Equipo	Disciplina	Resultado	Categoría
Dennis Gonzalez Boneu	Natación Artística	2a posición	Absoluto
Dueto técnico mixto	Natación Artística	2a posición	Absoluto
Equipo libre	Natación Artística	3a posición	Absoluto
Equipo técnico	Natación Artística	3a posición	Absoluto
Equipo acrobático	Natación Artística	3a posición	Absoluto
Iris Tió - solo libre	Natación Artística	3a posición	Absoluto
Selección femenina	Waterpolo	3a posición	Absoluto
Elvin Josue Canales Escoto	Atletismo - 800 m	3a posición	Absoluto
Adriana Querol	Golf	3a posición	U18



CAMPEONATOS EUROPEOS 2025

En el ámbito continental, en 2025 ha estado testigo de una cosecha excepcional de medallas, con un rendimiento destacado de las categorías de formación. El atletismo y la natación han liderado los éxitos, demostrando un futuro prometedor para el deporte de élite.



- Júlia Suárez. Atletismo - Marcha. U20
- Jäel Bestué. Atletismo - 200m. Absoluto
- Maria Daza. Natación carreras. 4x100 libre mixto. Junior
- Luca Hoek. Natación carreras. 100 libre. Junior
- Claudia Muñoz. Natación carreras. 4x100 libres. Junior
- Estella Llum Tonrath. Natación carreras. 200m espalda. Junior
- Equipo libre. Natación artística. Absoluto
- Equipo técnico. Natación artística. Absoluto
- Jordi Cáceres. Natación artística. Solo libre. Absoluto
- Dueto mixto técnico. Natación artística. Absoluto
- Dueto mixto libre. Natación artística. Absoluto.
- Selección femenina. Waterpolo. U16
- Selección femenina. Waterpolo. U18
- Adriana Garcia. Golf. U18



- Paula Vega. Atletismo - Marcha. Absoluto
- Cristina Montesinos. Atletismo - Marcha. Absoluto
- Jäel Bestué. Atletismo - 4x100 relevos. Absoluto
- Maria Daza. Natación carreras. 200 libres. Junior
- Maria Daza. Natación carreras. 100 libres. Junior
- Isak Fernández. Natación carreras. 200 mariposa. Junior
- Dueto técnico. Natación artística. Absoluto
- Dueto libre. Natación artística. Absoluto
- Iris Tió. Natación artística. Solo técnico. Absoluto
- Adriana Garcia. Equipos. Golf.



- Ona Bonet. Atletismo - Salto de altura U20
- Evelyn Gómez. Halterofilia. U15
- Isak Fernández. Natación carreras. 100 mariposa. Junior
- Luca Hoek. Natación carreras. 4x100 estilos. Junior
- Luca Hoek. Natación carreras. 50m libres. Junior
- Dennis González. Natación artística. Solo técnico. Absoluto
- Iris Tió. Natación artística. Solo libre. Absoluto
- Ivan Liberal. Pentatlón Moderno. Absoluto
- Femenino por equipos. Tenis de mesa. U19
- Femenino dobles. Tenis de mesa. U15



Actividad deportiva

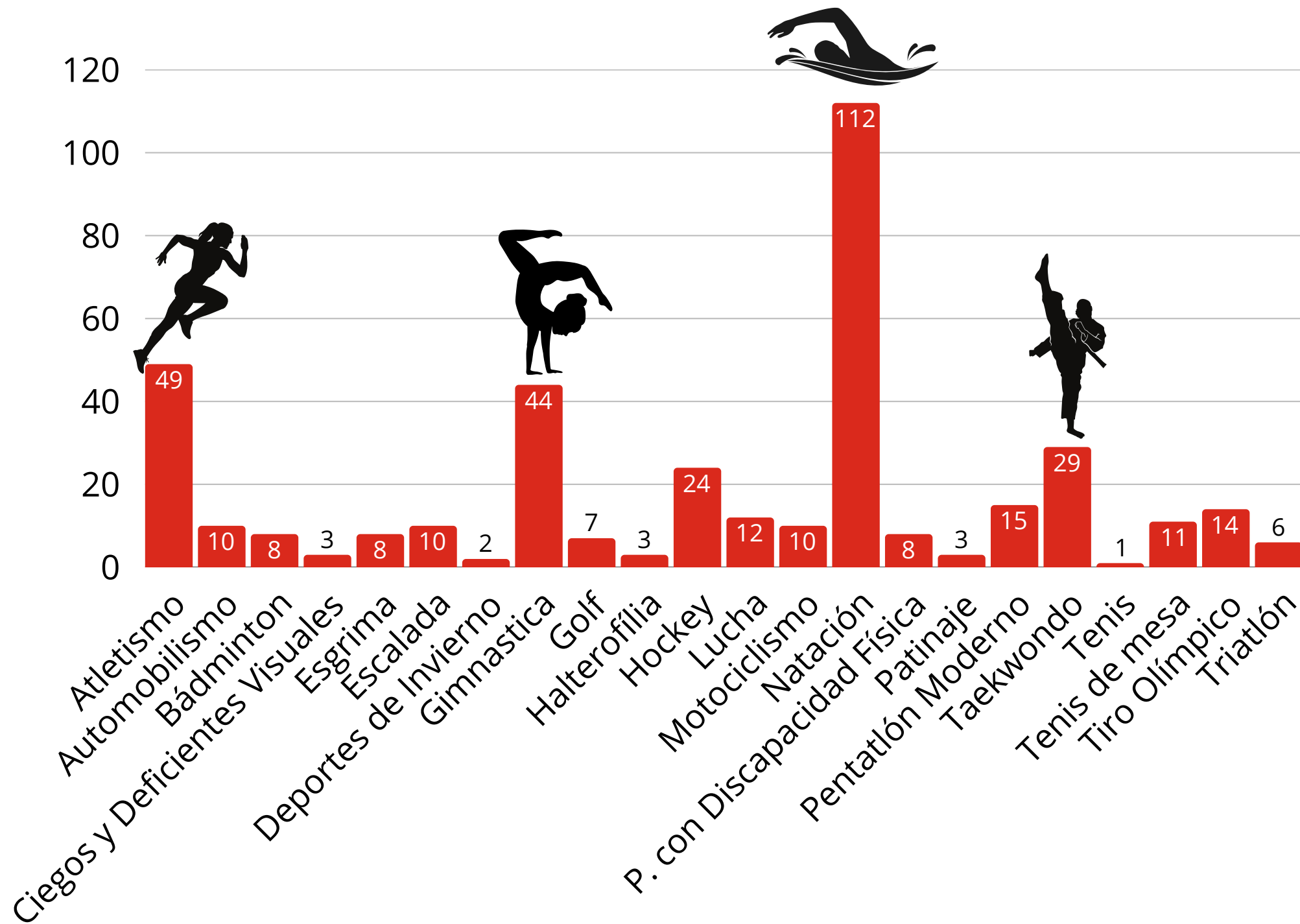
Temporada 2025-2026



ACTIVIDAD DEPORTIVA

DEPORTISTAS EN EL CAR (TEMPORADA 2025-2026) *Datos a 31/12/2025

NÚMERO DE DEPORTISTAS PERMANENTES AL CAR POR FEDERACIÓN:



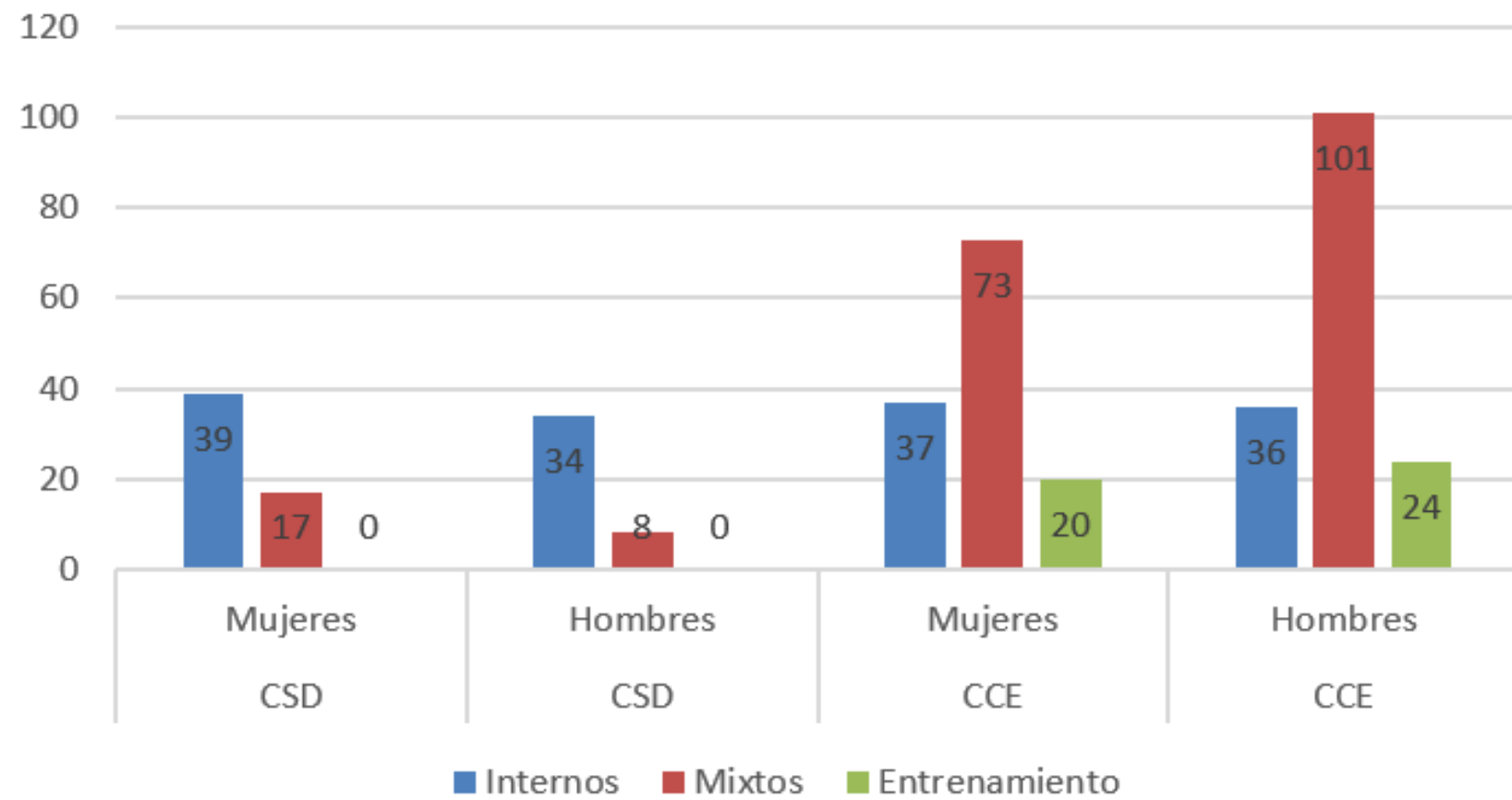
A destacar de esta temporada 2025-2026:

- Lucha. Primera temporada con lucha femenina al CAR. Se incrementa de 5 deportistas la temporada anterior a un total de 12, gracias a la incorporación de la modalidad femenina.
- Hockey. Incorporación de 8 deportistas más, consolidando por tercera temporada consecutiva la presencia e integración del hockey al CAR.



RESUMEN DEPORISTAS TEMPORADA 2025-2026

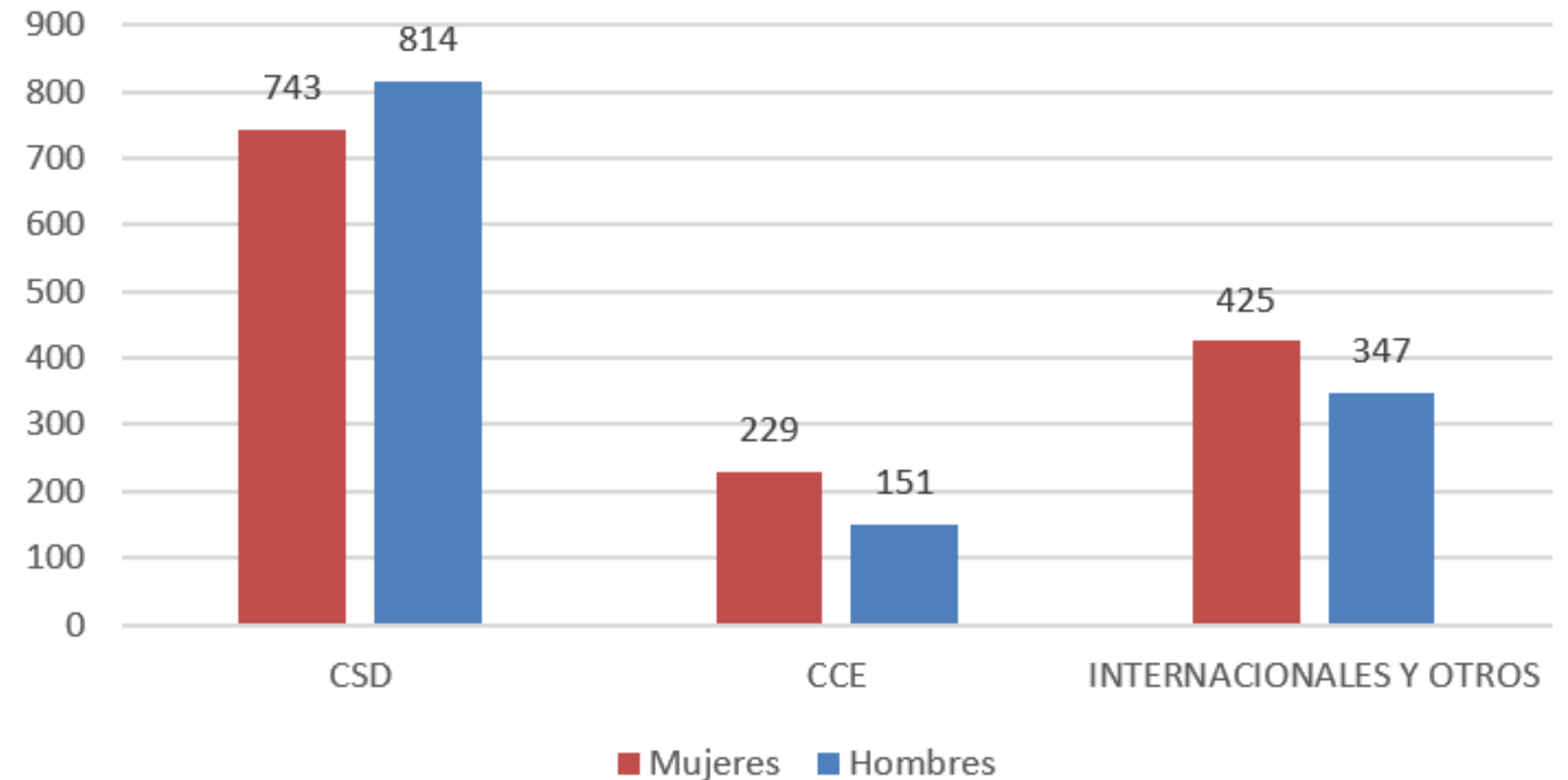
Deportistas permanentes



389

TOTAL PERMANENTES

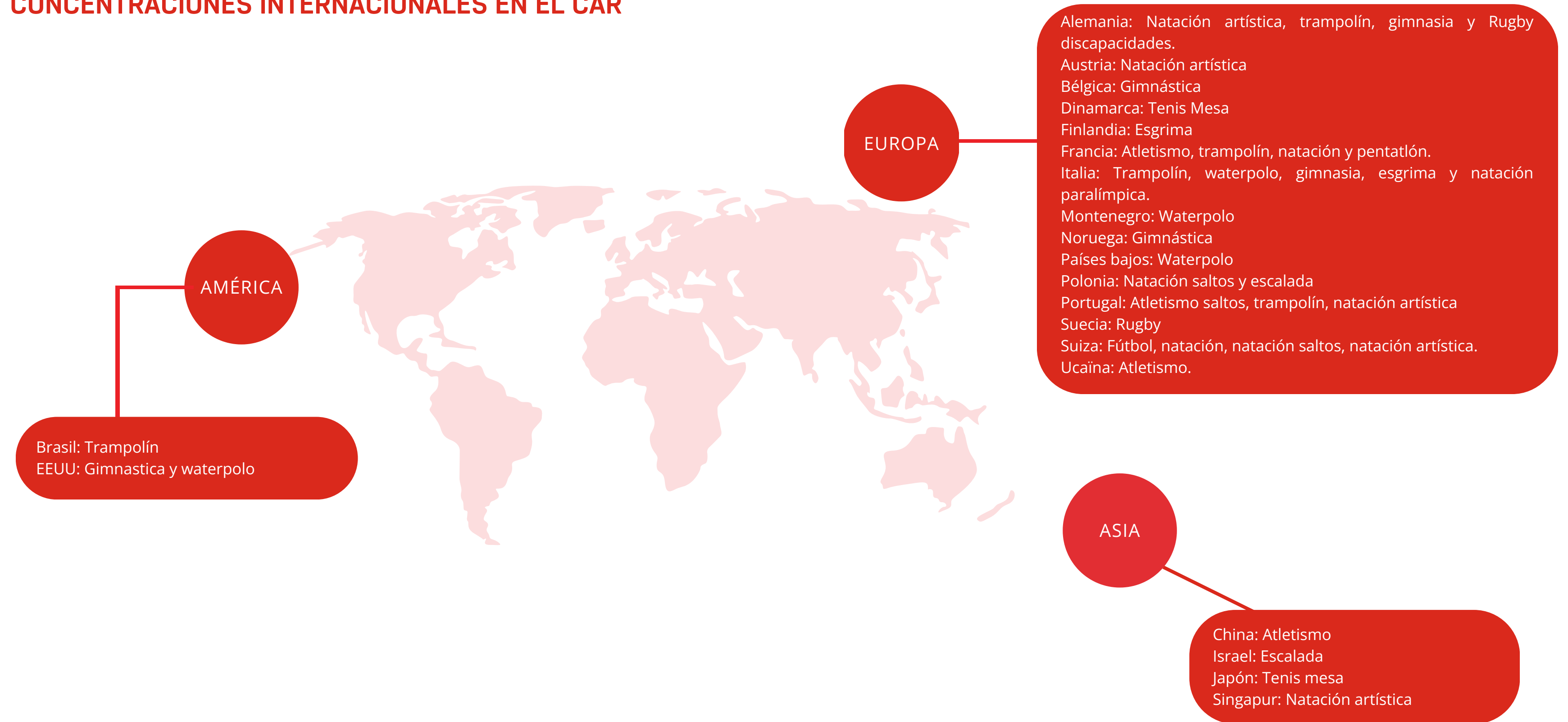
Deportistas en concentración



2.709

TOTAL CONCENTRACIONES

CONCENTRACIONES INTERNACIONALES EN EL CAR



Infraestructuras y recursos al servicio del rendimiento

Mejoras materiales



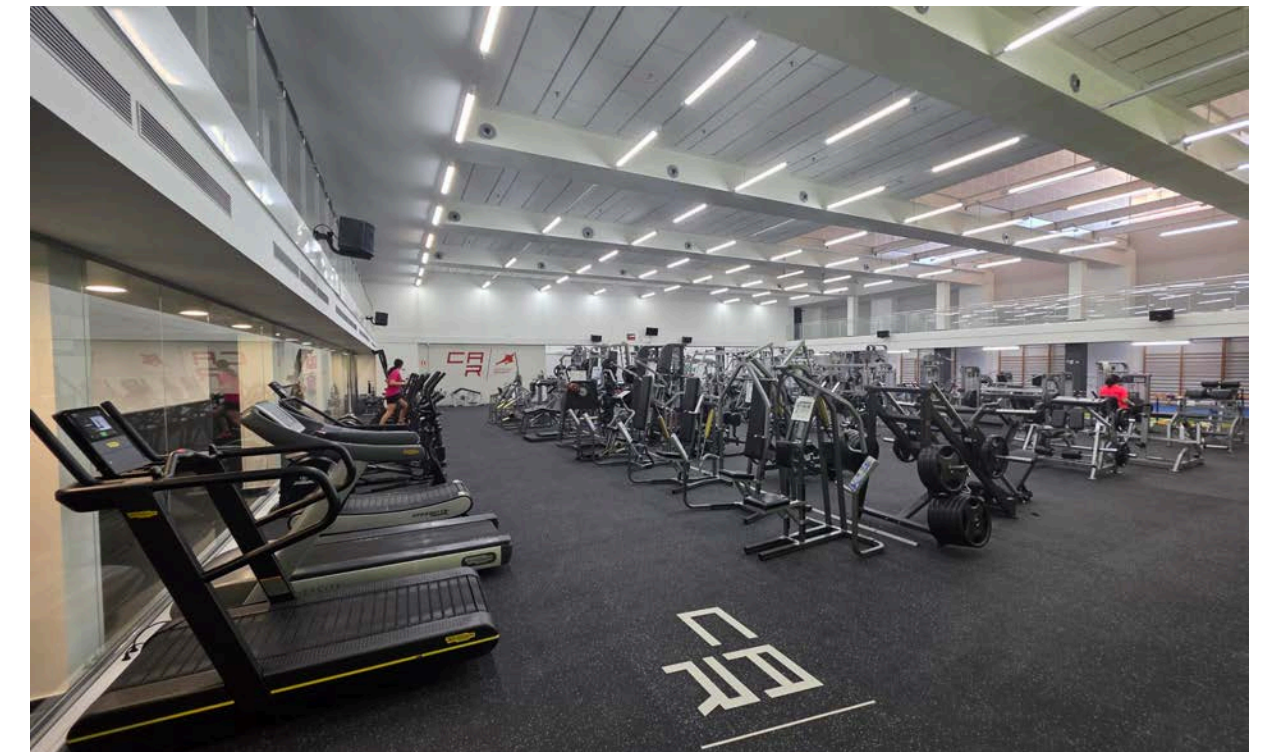
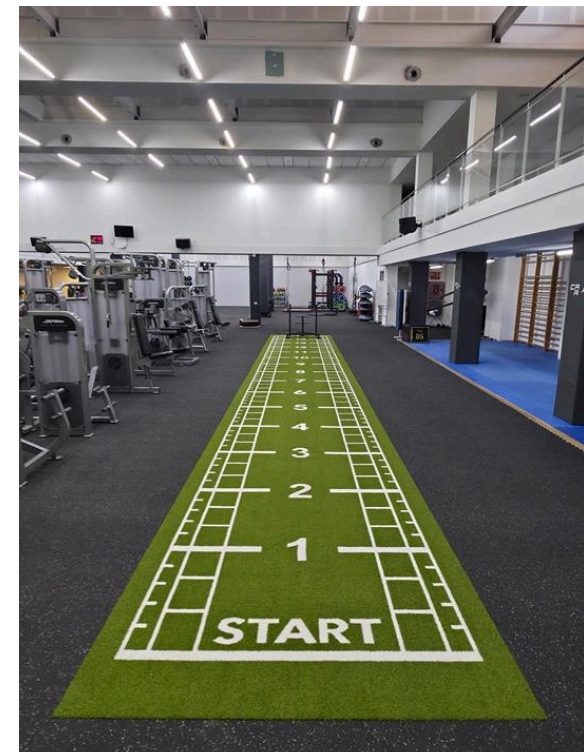
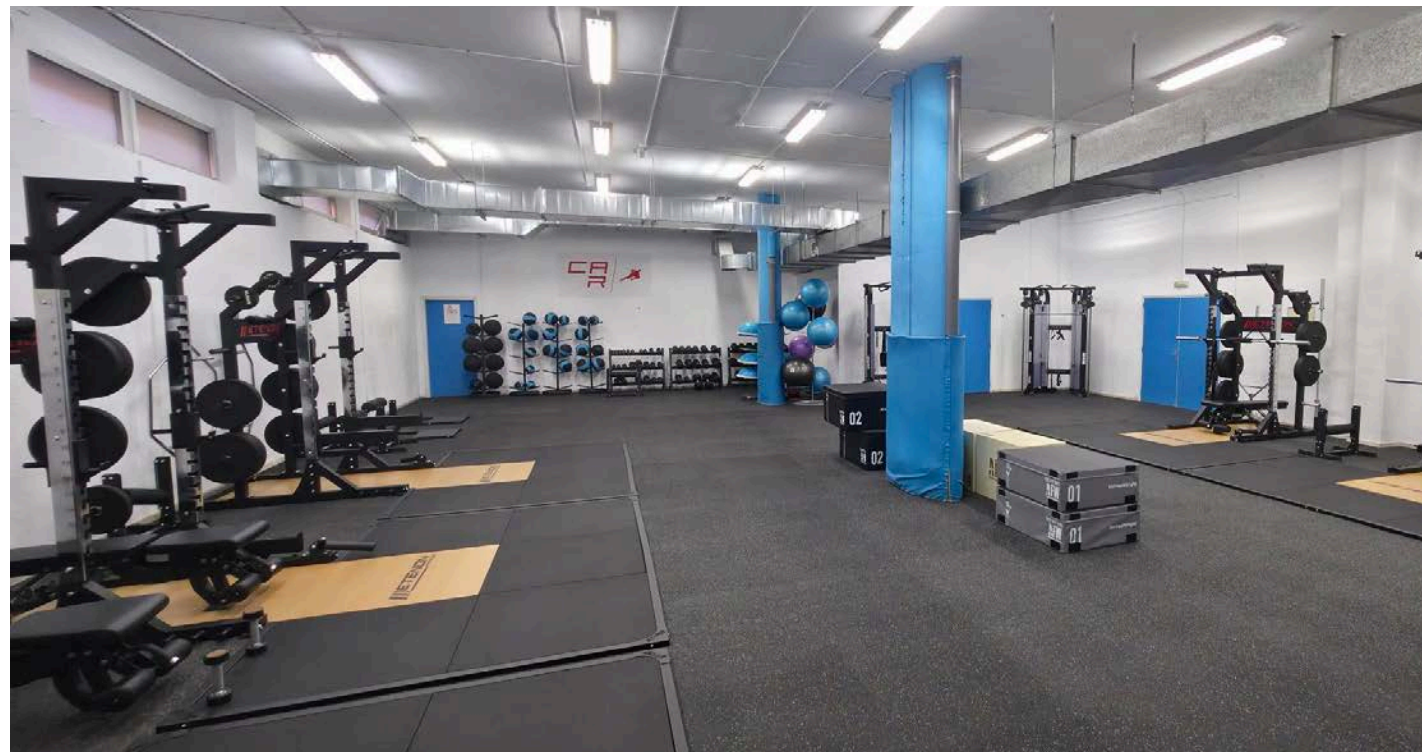
MEJORAS MATERIALES DEPORTIVAS

ACTUALIZACIÓN GIMNASIO MÓDULO Y SALA AZUL.

Con la voluntad de continuar mejorando las instalaciones y los servicios, el CAR de Sant Cugat ha llevado a cabo una inversión destinada a la adecuación de dos de los espacios con más uso del centro: el gimnasio principal del módulo y la transformación de una de las antiguas salas en un nuevo espacio moderno, pensado específicamente para concentraciones y equipos numerosos, como por ejemplo rugby, waterpolo, voleibol u otras disciplinas que se desplazan con grupos amplios de deportistas.

Esta mejora ha comportado la sustitución del pavimento por un suelo técnico de caucho virgen, adaptado a las cargas elevadas propias del trabajo de fuerza, así como la reestructuración funcional de las diferentes zonas de entrenamiento. También se ha actualizado la equipación con material más adecuado a las demandas actuales, incorporando jaulas de potencia, plataformas de levantamiento y equipación orientada al trabajo con peso libre y al entrenamiento funcional.

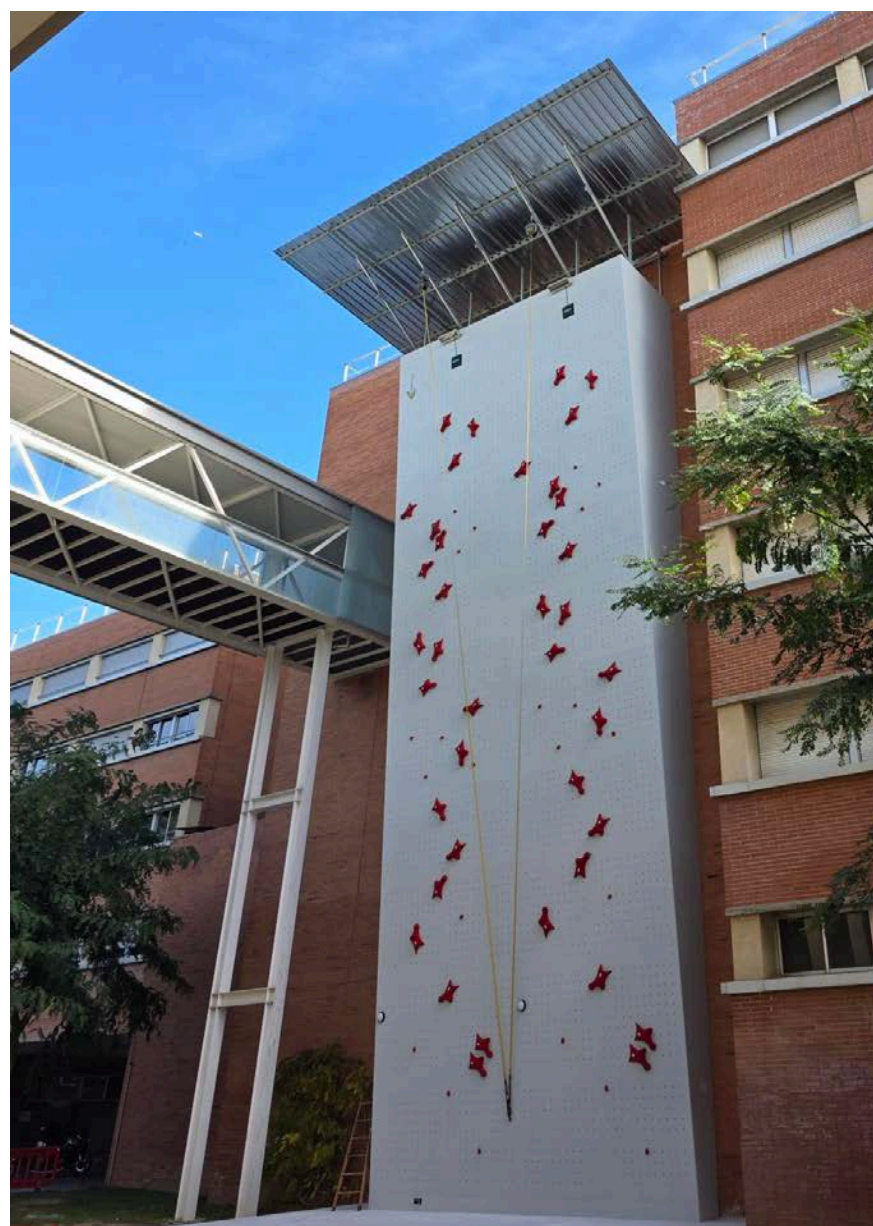
Paralelamente a la actuación al gimnasio principal, se ha puesto en marcha la nueva sala de concentraciones con un objetivo claro: evitar la masificación del gimnasio en periodos de alta ocupación y ofrecer a las delegaciones un espacio exclusivo, adaptado tanto a sus necesidades específicas como a los requerimientos técnicos de sus entrenamientos.



MEJORAS MATERIALES DEPORTIVAS

MURO DE ESCALADA DE VELOCIDAD

La instalación del nuevo muro de escalada de velocidad financiado por los CSD, a la fachada de la residencia del CAR, se puso en marcha a finales de año. Esta nueva infraestructura se suma en la sala interior de escalada y al muro de dificultad exterior, mejorando las condiciones de entrenamiento para los deportistas de esta disciplina.



OTRAS MEJORAS DEPORTIVAS DESTACADAS:



Nuevo tapiz de lucha, con las mismas características que el anterior, pero mejorando el antideslizamiento de los deportistas.



Tarima de natación artística: con las nuevas reglas y normativa, se ha instalado una nueva tarima de 8 metros de longitud y 1 metro de altura para que nuestras nadadoras puedan trabajar la parte de entrada en el agua en las mejores condiciones posibles.



Colchones gimnástica artística femenina: se adquirieron diferentes tipos de colchones para la sala de femenina artística con el principal objetivo de facilitar cada uno de los aparatos y mantener la seguridad de todas nuestras gimnastas.



Porterías de waterpolo: adquisición de 3 juegos de porterías homologadas adaptadas a las necesidades, especialmente, de las categorías absolutas de la selección española tanto femenina como masculina.



Pentatlón: adquisición y última mejora de la última fase de la carrera de obstáculos. de este modo conseguimos unas condiciones similares a la competición para que los deportistas puedan trabajarlas y conseguir los objetivos marcados.



Sala de esgrima: mejora a nivel de iluminación con la introducción de la tecnología LED. Aprovechamos esta mejora para introducir un espacio de almacenamiento de todo el material de esgrima y la incorporación de espejos

OTRAS MEJORAS MATERIALES

ECÓGRAFO

El CAR de Sant Cugat continúa reforzando su compromiso con la excelencia deportiva incorporando tecnología médica de última generación. La reciente adquisición del ecógrafo Canon Aplio 400 supone un paso adelante en la calidad de la atención a los deportistas de alto rendimiento. Esta herramienta permite diagnósticos más precisos e intervenciones más rápidas, aspectos clave en el deporte de élite.

Aspectos claves a destacar:

- Mejora el diagnóstico precoz de lesiones musculares y tendinosas, clave para reducir tiempo de baja.
- Permite un seguimiento mucho más preciso de la recuperación y la evolución de los deportistas de alto rendimiento.
- Ofrece imágenes de alta calidad que facilitan decisiones médicas rápidas y muy fundamentadas.
- Optimiza el trabajo multidisciplinario entre médicos, fisioterapeutas y preparadores físicos, potenciando el rendimiento deportivo.



R-FORCE

La incorporación del sistema *RForce, pensado para trabajar en condiciones de ingravidesa, refuerza el papel innovador del departamento de Fisioterapia y amplía las posibilidades de entrenamiento seguro y eficiente.

- El sistema permite realizar ejercicios en descarga, reduciendo el impacto articular y facilitando la recuperación de lesiones.
- Ofrece un control muy preciso de la resistencia y la carga, adaptándose a cada fase del proceso rehabilitador.
- Mejora la calidad del movimiento y la reeducación neuromuscular en deportistas de alto rendimiento.
- Favorece una vuelta progresiva y segura al entrenamiento específico, minimizando el riesgo de recaídas.



OTRAS MEJORAS MATERIALES

PLATAFORMAS VIBRATORIAS

La incorporación de las plataformas vibratorias al departamento de Preparación Física amplía las posibilidades de entrenamiento específico y optimiza la mejora del rendimiento y la prevención de lesiones. Esta tecnología permite un trabajo más eficiente, controlado y adaptado a las necesidades del deporte de élite, consolidando el centro como referente en innovación deportiva.

La base científica de las plataformas vibratorias se fundamenta en la vibración mecánica de cuerpo entero, que genera una respuesta muscular refleja denominada reflejo de estiramiento tónico. Este estímulo provoca contracciones musculares rápidas y repetidas, aumentando la activación neuromuscular sin necesidad de grandes cargas externas. Varios estudios han demostrado que este tipo de entrenamiento puede mejorar la fuerza, la potencia, la estabilidad y la propiocepción, así como favorecer la circulación sanguínea y la recuperación. Por eso, las plataformas vibratorias se han consolidado como una herramienta útil tanto en el rendimiento deportivo como en la prevención y rehabilitación de lesiones.



OBRAS DE MEJORA ENERGÉTICA MRR FONTS NEXT GENERATION

Durante todo el año 2025 se han llevado a cabo las obras de mejora de eficiencia energética MRR Fons Next Generation. Estas tienen como objetivo mejorar el rendimiento energético del centro en un 30%. Las actuaciones que se han llevado a cabo son las siguientes:

1.ª- Actualización y mejora de la instalación de climatización, y rehabilitación y mejora del envolvente (cubierta) del edificio central del CAR de Sant Cugat del Vallès con un sistema ROOFTOP.

En esta propuesta se han sustituido las máquinas de climatización existentes por unas tipo ROOFTOP, y se ha mejorado el envolvente del edificio añadiendo aislamiento e impermeabilizando a la totalidad de las cubiertas de las diferentes volumetrías que conforman el Edificio Central.



1b-GEC-22364.1 Actualización de la instalación de climatización y mejora de la cubierta del Edificio Central con sistema CENTRALIZADO

En esta propuesta se han sustituido las máquinas de climatización existentes por unas tipo CENTRALIZADO, y se ha mejorado el envolvente del edificio añadiendo aislamiento e impermeabilizando a la totalidad de las cubiertas de las diferentes volumetrías que conforman el Edificio Central.



2- GEC-22364.2 Actualización de la instalación de climatización y mejora de la cubierta de la Residencia

En esta propuesta se han sustituido las enfriadoras existentes por una bomba de calor, y se ha mejorando el envolvente del edificio añadiendo aislamiento e impermeabilizando a la totalidad de las cubiertas de las diferentes volumetrías que conforman la Residencia.



OBRAS DE MEJORA ENERGÉTICA MRR FONTS NEXT GENERATION

3- CGEC-22364.3 Instalación de placas fotovoltaicas a la cubierta del Edificio Central

En esta propuesta se propone instalar 400 KWp de producción fotovoltaica en placas dispuestas según la fotografía anexa a la cubierta del Edificio Central.



5- GEC-22364.5 Mejora el envolvente de los pabellones

En esta propuesta se propone la mejora de la cubierta de los pabellones mediante la sustitución de las cubiertas existentes y el aislamiento a las nuevas cubiertas.



4- GEC-22364.4 Mejora de la instalación de climatización de los Pabellones

En esta propuesta se propone la sustitución del sistema de climatización de los pabellones, por 3 máquinas tipos Rooftop, una por cada pabellón, que puedan actuar de manera independiente.

Finançat per



Ciencia, innovación e investigación aplicada al deporte



DIGITALIZACIÓN DEL SECTOR DEL DEPORTE - FONDO NEXT GENERATION

Durante el año 2025 el Plan de Recuperación, Transformación y Resiliencia, va otorgar al CAR una subvención destinada a la Digitalización del Sector del Deporte. Los proyectos de digitalización que se han llevado a cabo, son los siguientes:

Sistemas de proyección para cámaras deportivas para: gimnasia masculina, gimnasia femenina, tenis de mesa y escalada.

Se han instalado en diferentes salas, pantallas profesionales y sistemas de gestión de video con alto nivel de interacción, que facilita el uso en el día a día del entrenamiento.

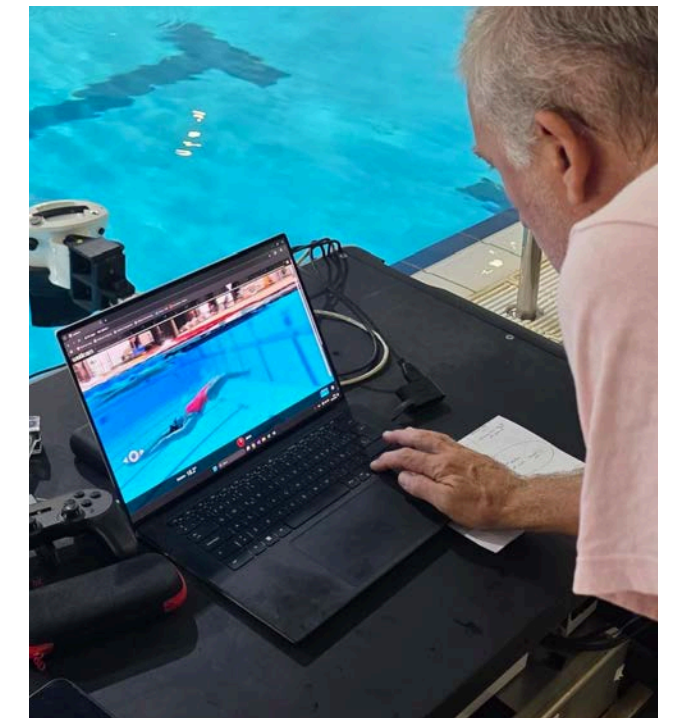
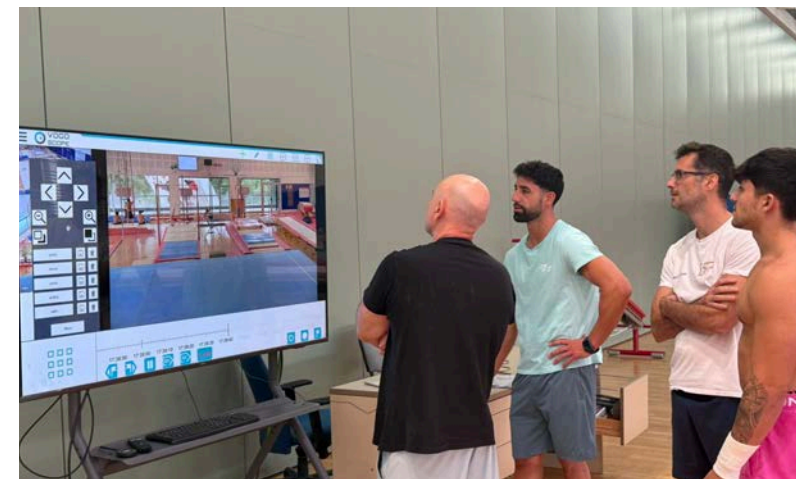
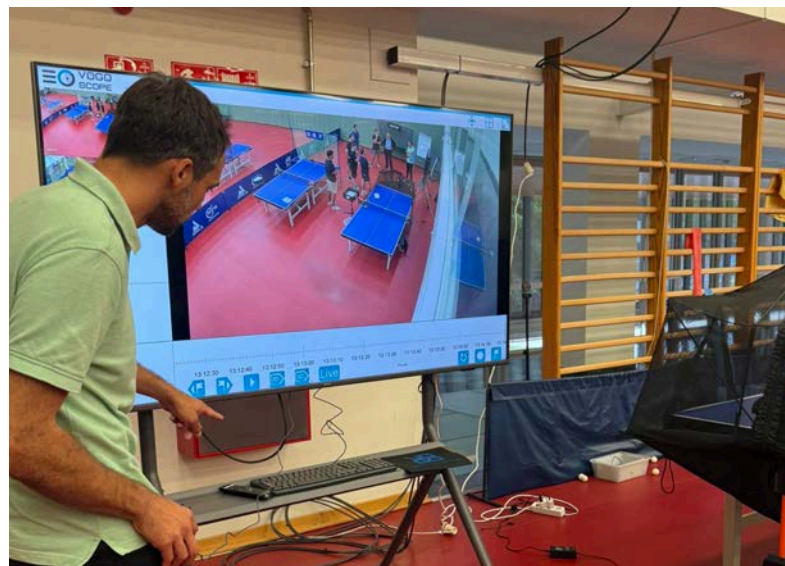
Los nuevos recursos ayudan a la revisión inmediata de los contenidos técnicos grabados durante las sesiones, optimizando los tiempos de análisis y favoreciendo el proceso de aprendizaje en modalidades como la gimnasia, el tenis mesa, la escalada, gimnasia masculina y femenina.

TWINDOLLY

TwinDolly es un sistema de grabación que capta la técnica deportiva acuática con dos cámaras, una sobre el agua y una debajo, en un único plano de movimiento.

La herramienta incorpora motores y control digital para seguir el/la nadador/a con más precisión y agilidad. También incorpora un sistema informático, que permite adaptaciones de planos sin manipular cámaras que incluye un ángulo frontal.

La grabación digital se sincroniza con la velocidad intraciclo y puede enviar señales de audio al nadador/a para optimizar el aprendizaje.



Finançat per



DIGITALIZACIÓN DEL SECTOR DEL DEPORTE - FONDO NEXT GENERATION

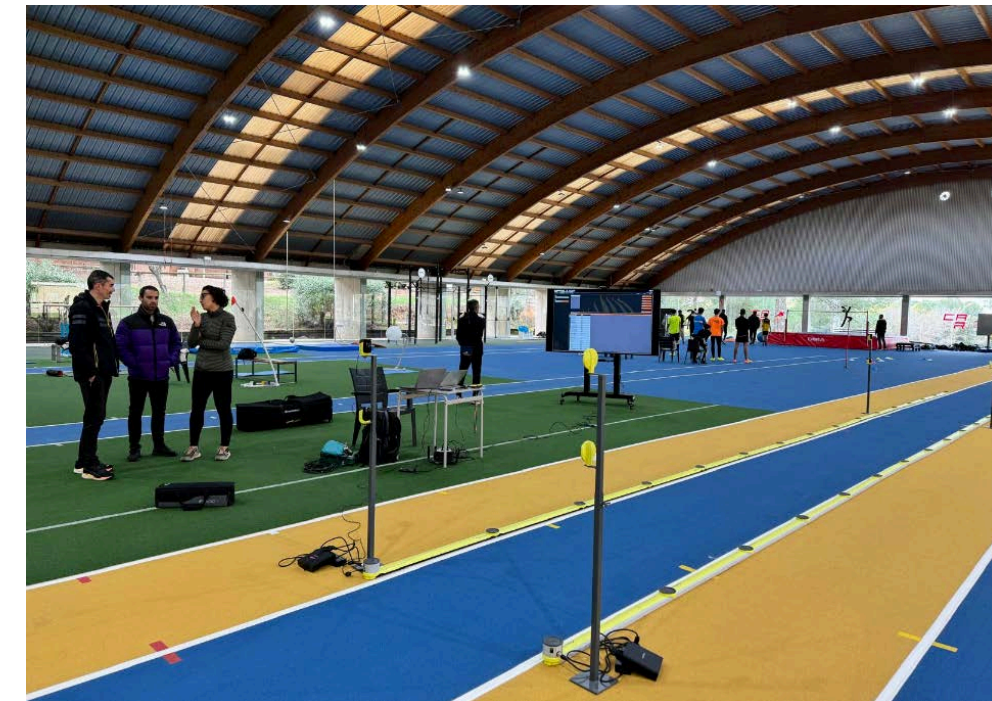
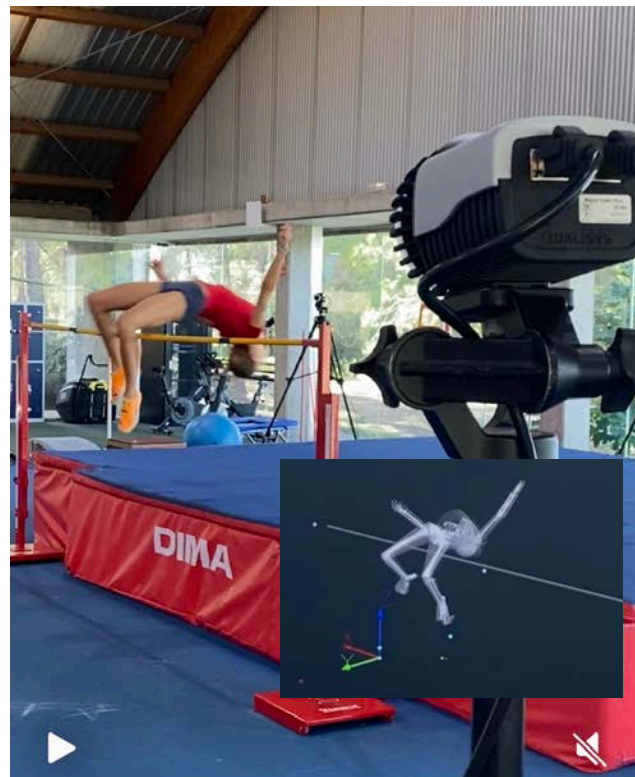
SISTEMA De ANÁLISIS 3D SIN MARCADORES (*MARKERLESS)

En la última década, la visión artificial con IA ha permitido analizar el movimiento en 3D sin marcadores, con una precisión ya validada científicamente. Esta tecnología facilita estudiar la técnica de los deportistas directamente en sus espacios de entrenamiento, superando las limitaciones de los sistemas tradicionales.

El CAR tiene una larga trayectoria en análisis 3D, pero los sistemas con marcadores son lentos, intrusivos y a menudo poco prácticos para los atletas. Adquirir un sistema markerless supone un gran adelanto: reduce tiempo de captura y procesamiento y permite estudios biomecánicos completos en entornos reales de entrenamiento.

INFRAESTRUCTURA XARXA PACHMA

La digitalización del entrenamiento requiere una red robusta, estable y escalable, capaz de transmitir grandes volúmenes de datos en tiempo real. Antes del proyecto, la infraestructura existente no estaba preparada para asumir este crecimiento, hecho que podía limitar la implantación de nuevas tecnologías. El proyecto ha permitido desplegar una arquitectura de red de altas prestaciones que garantiza la continuidad del servicio, la seguridad y la calidad de las comunicaciones. Esta infraestructura, además, tiene un impacto directo en la calidad del entrenamiento, puesto que hace posible el uso real y continuado de las herramientas digitales y permite lograr los objetivos previstos.



Finançat per

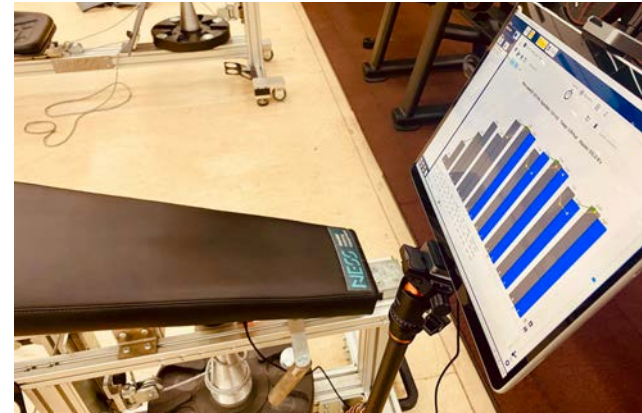


DIGITALIZACIÓN DEL SECTOR DEL DEPORTE - FONDO NEXT GENERATION

MÁQUINAS DE TRABAJO INERCIAL SENSORIZADAS

La incorporación de máquinas inerciales sensorizadas moderniza el entrenamiento de fuerza al CAR, permitiendo una preparación física digitalizada y basada en datos. Estos dispositivos miden en tiempo real fuerza, potencia, velocidad y asimetrías, generando información precisa para ajustar y optimizar las cargas de entrenamiento.

La integración con Chronojump crea un ecosistema completo de análisis que automatiza procesos, mejora la trazabilidad y facilita la toma de decisiones objetiva.



POLEAS PORTÁTILES MONITORIZADAS

El Departamento de Preparación Física del CAR impulsa una readaptación basada en datos, sustituyendo criterios subjetivos por monitorización digital en tiempo real. Las poleas motorizadas VOLTRA-I permiten registrar bastante, potencia y velocidad, ajustar la carga con precisión y detectar desequilibrios que pueden derivar en lesiones.

Su conectividad con la app Beyond+ asegura trazabilidad, históricos digitales y una mejor coordinación entre profesionales.

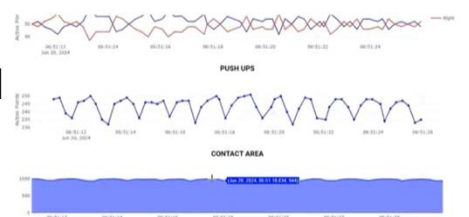
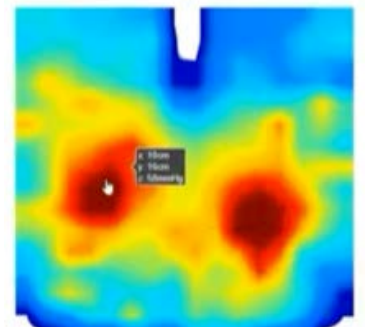
Su adquisición es clave para modernizar la prevención y readaptación, superando las limitaciones del material actual y alineándose con los objetivos de digitalización del CAR.



SISTEMA DE PLATAFORMA DE PRESIÓN.

El sistema Sensing Pressure Mate analiza la distribución de presión y los patrones de movimiento para mejorar el rendimiento y prevenir lesiones. Mediante sensores flexibles de alta resolución, capta datos dinámicos y estáticos en tiempo real y los envía a plataformas digitales. Permite evaluar simetrías, bastante de pisada y desequilibrios, así como monitorizar procesos de rehabilitación.

Es una herramienta versátil que facilita programas de entrenamiento personalizados basados en datos objetivos del comportamiento biomecánico.



SISTEMA SENSORES WIMU MÁS SMART STATION

Los sensores inerciales WIMU miden con precisión movimiento, carga y rendimiento en tiempo real, aportando datos clave para optimizar entrenamientos y prevenir lesiones. Integran múltiples tecnologías (acelerómetros, giroscopios, GPS, barómetros) y se adaptan a cualquier disciplina deportiva, incluida la rehabilitación. Permiten analizar patrones de movimiento, monitorizar la fatiga y valorar la recuperación funcional de los deportistas.

La Smart Station facilita la gestión profesional de los dispositivos, acelerando la carga, sincronización y asignación de sensores antes de sesiones y competiciones.



Finançat per



PROYECTOS DE INVESTIGACIÓN Y PUBLICACIONES

Proyectos de investigación y colaboraciones importantes:

Durante este año 2025 el CAR ha llevado a cabo varios proyectos de investigación propios y ha colaborado en otras, entre los cuales merece la pena destacar los siguientes:

Proyecto *EUPHORIA Programa Erasmus+. Marc europeo para la promoción de la salud mental a las organizaciones deportivas de élite. El objetivo y la visión generales del actual proyecto EUPHORIA es facilitar y optimizar las intervenciones de salud mental del entorno global a nivel mas (Instituciones y Organismos) dentro de las organizaciones deportivas de élite y de desarrollo del talento europeas. Más concretamente, dentro del proyecto actual desarrollaremos y probaremos un marco integral de salud mental, que ofrece a las organizaciones deportivas directrices y recursos concretos para diseñar, librar y evaluar programas globales de salud mental.



Proyecto I+D HENAC, Entornos Saludables a lo largo de la Carrera Deportiva.

El objetivo general "analizar el papel de los entornos en el acompañamiento al desarrollo de carreras deportivas saludables (hacia o) en el alto rendimiento deportivo" Participantes: UAB, PUESTO QUE, UCAM, INEF-UPM

SynchroProject: ciencia y salud en la natación artística femenina

El CAR participa en el proyecto RED SynchroProject II, liderado por el Dr. Xavier Iglesias (INEFC Barcelona), y que reúne una red de pericia para impulsar la investigación aplicada en natación artística femenina. Con el apoyo del Consejo Superior de Deportes, el proyecto avanza hacia un conocimiento más profundo de la fisiología, la técnica y la salud de las deportistas de élite.

Este proyecto de investigación, financiado por el programa REDES del CSD, cuenta con la participación de ocho universidades, las federaciones de natación española y catalana, y el CAR.



Biomecánica

- Proyecto Innova Athletics, en colaboración con la RFEA, por la creación de la plataforma IA-Athletics de la RFEA, mediante el análisis cinemático 2D y 3D de atletas de alto nivel.
- Análisis Biomecánico de Campeonato de España Absoluto Short Track (entrenadores RFEA, Gallur, 2025).
- Análisis Biomecánico de Campeonato de España Absoluto Aire Libre. (entrenadores RFEA, Tarragona, 2025)

PROYECTOS DE INVESTIGACIÓN Y PUBLICACIONES

Fisiología

Colaboración con el CTTI y Logmeal en la creación y desarrollo de la herramienta de evaluación nutricional de los hábitos alimentarios de los deportistas.

El sistema identifica automáticamente los alimentos que los deportistas tienen a la bandeja mediante un tótem con cámara instalado en el comedor, clasifica y registra la ingesta de manera inmediata, sin que el deportista tenga que introducir datos manualmente, permitiendo un control nutricional mucho más preciso, útil para optimizar el rendimiento, la recuperación y la planificación dietética.

Este sistema, se integra en el trabajo interdisciplinario del CAR, donde nutricionistas, médicos, fisiólogos y técnicos utilizan datos para personalizar el entrenamiento y la salud de los deportistas.



Tesis Doctorales :

Natàlia Rovira, "Lesiones deportivas y factores de riesgo clave en la gimnasia de trampolín de alto rendimiento" Calificación de Excelente cum laude. Directora de tesis dra. Montserrat Bellver.

Susana Regüela Saez Membre de tribunal de las tesis:

- Marina Garcia Solà, Mujeres deportistas, carrera dual y profesionalización: de la invisibilidad hacia modelos situados, 23 julio 2025, Universitat Autònoma de Barcelona
- Ana Merayo García, Intervención en sueño en un club multideportivo profesional, 1 julio 2025, Universitat Autònoma de Barcelona

PROYECTOS DE INVESTIGACIÓN Y PUBLICACIONES

Publicacions

- Bertran-Gracia, L., Devoto, M., Torregrossa, M., Ramios, Y., Jordana, A., Zamora-Solé, R. y Regüela, S. (2025, 21 de febrero). Cultivando la Salud Mental: diseño e implementación de una formación sobre la salud mental en el entorno de un Centro de Alto Rendimiento. En el Instituto de Investigación del Deporte de la Universitat Autònoma de Barcelona (org.), Jornadas para Jóvenes Investigadoras en Ciencias del Deporte, Barcelona, España.
- Borrueco, M., Perez-Rivasés, A., Pons, J., Regüela, S., & Torregrossa, M. (2025). Spanish Female Student-Athletes' Perception of Key Competencies for Successful Dual Career Adjustment. In *Culture and Inclusion in Sport and Physical Activity* (pp. 148-166). Routledge.
- Devoto, M., Bertran-Gracia, L., Torregrossa, M. y Regüela, S. (2025, 21 de febrero). Abriendo los ojos: Explorando la salud mental en organizaciones deportivas de alto rendimiento en Cataluña. En Instituto de Investigación del Deporte de la Universitat Autònoma de Barcelona (Org.), Jornadas para Jóvenes Investigadoras en Ciencias del Deporte, Barcelona, España.
- Devoto, M., Spolverato, L., Bertran-Gracia, L., Kinnafick, F.-E., Kenttä, G., Kegelaers, J., Jordana, A., Ruffault, A., Raedts, E., Regüela, S., & Torregrossa, M. (2025). The mountaineering expedition as a mental health support metaphor for European high-performance athletes. *Journal of Clinical Sport sychology*. Advance en línea publication.
- Ramios, Y., Borrueco, M., Regüela, S., López de Subijana, C., & Torregrossa, M. (2025). Tomorrow never knows: Tracking irrational beliefs, perfectionism and mental health across the junior-tono-senior transition. Poster presentado al XVI World Congress of Sport Psychology en Hong Kong. Diciembre, 2025.

Psicologia

- Segura Bernal, J., Vives-Ribó, J., Miralbell Costa, M., Ger Cabero, S., & Andrés Valle, A. (2025). Competencias parentales, nivel de práctica deportiva y sentido de la vida en deportistas jóvenes. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 25(1), 46–65.

Medicina

- Ana Torres Dos Ramos, Montse Bellver, Laura Esquiús, Iván Martínez Pastor, Antonia Barea Montes, Ana Andrés *Journal of the International Society of Sports Nutrition* 2025-12-31 . Prevalence of physically active females at risk for the female athlete triad in Spain.

Biomecànica

- García-López, J., Ferrer-Roca, V., & Floría, P. (2025). The effect of changes in saddle height on coordination and its variability during pedalling cycle. *Sports Biomechanics*, 24(2), 277–290.



Actividad institucional



VISITAS PERSONALIDADES Y DELEGACIONES

Durante este año 2025, el CAR ha recibido la visita de numerosas personalidades y delegaciones, reforzando las relaciones institucionales y consolidando su papel como referente deportivo internacional. A continuación, se detallan las visitas más destacadas:

- 7 marzo. Visita COE y RFEN. Alejandro Blanco y Fernando Carpena
- 24 marzo. Visita Director General Mossos d'Esquadra, Josep Lluís Trapero, durante las pruebas físicas de acceso al cuerpo
- 4 abril. Visita CCE, ICAEN y CSD. Arquitectos y responsables de obras de las tres entidades, dado que tanto en el CAR como en estas entidades se estaban haciendo obras de mejora de la eficiencia energética
- 7 abril. Visita del alcalde de Molins de Rei, Xavi Paz, a la selección masculina de waterpolo
- 5 junio. Visita de una delegación de Navarra y País Vasco, a través del Grupo Avilés de Medicina del Deporte, para conocer especialmente el funcionamiento de la Unidad de ciencias, Medicina y Tecnología del CAR, y ver también las nuevas instalaciones deportivas, como el pabellón de atletismo.
- 21 julio. Visita de la Comisión de Deportes del Parlament de Catalunya, con miembros de distintos partidos. Los acompaña el Secretario General del Departamento de Deportes.



- 18 septiembre. Visita Consejo Superior de Deportes. Presidente, José Manuel Rodríguez Uribe. Le acompañan el Consejero de Deportes, Berni Álvarez, y el Secretario General del Departamento de Deportes, Abel Garcia. Visitan las instalaciones deportivas y saludan a los deportistas y entrenadores de los diferentes grupos.
- 29 septiembre. Visita del Presidente del Gobierno de España, Pedro Sánchez; el Presidente de la Generalidad de Cataluña, Salvador Illa; la Ministra de Educación, Formación profesional y Deportes, Pilar Alegría; y el delegado del Gobierno en Barcelona, Carlos Prieto. El objetivo de la visita es encontrarse con las dos selecciones absolutas de waterpolo, así como la de natación artística, y felicitarlas por los logros deportivos alcanzados.



- 7 noviembre 2025. Visita del diputado de VOX, Alberto Tarrades, miembro de la Comisión de Deportes del Parlament de Catalunya
- 12 diciembre 2025. Visita del ex-waterpolista Felipe Perrone junto a Farida Idriss, representante de World Aquatics por África.

El Consejero visita el CAR después del apagón.

El conseller Berni Álvarez visitó el centro el martes 29 de abril a raíz del apagón eléctrico del día anterior, que afectó a todo el territorio. Durante la visita, agradeció la inmediata coordinación entre la dirección, el equipo técnico y el personal de servicios, así como la actitud responsable de los deportistas.

Para minimizar riesgos, se suspendieron los entrenamientos, desconectaron las máquinas y se mantuvieron las clases del instituto dentro de las posibilidades, facilitando también la salida de los alumnos.

Además, el CAR acogió a deportistas no residentes en situación de vulnerabilidad, organizando una cena conjunta y ofreciendo espacios para pasar la noche. La tiradora Helena Arias colaboró en las labores de coordinación, especialmente con los más jóvenes.

Álvarez destacó la buena coordinación, la calidad humana del personal y la capacidad de respuesta del centro frente a la emergencia, que se gestionó con eficiencia y responsabilidad.



ACTOS DESTACADOS

Jornada Salud mental y deporte de competición.

El Centro de Alto Rendimiento (CAR) acogió el pasado 19 de marzo la jornada Salud mental y deporte de competición. Rompiendo estigmas y fomentando el bienestar, promovida por el Departamento de Deportes de la Generalitat con la participación del Instituto de Investigación en el Deporte de la Universidad Autónoma de Barcelona.

La jornada hizo hincapié en la necesidad de abordar la salud mental en el deporte desde una perspectiva holística y preventiva. En el primer bloque se analizó el concepto de salud mental a nivel competitivo, la relación entre bienestar, estrés y trastornos mentales, así como su prevalencia en deportistas y entrenadores.

El segundo bloque se centró en la creación de entornos seguros y en la prevención del malestar, destacando la importancia del soporte especializado, la detección precoz y el acompañamiento psicológico en el alto rendimiento. La jornada concluyó con una mesa redonda con deportistas y técnicos que evidenció la necesidad de un cambio cultural para normalizar la atención a la salud mental en el deporte.

También se puso en valor la investigación longitudinal impulsada durante más de diez años por el CAR y el Grupo de Investigación en Psicología del Deporte de la UAB, así como el papel que tendrá la salud mental en la futura Ley del Deporte y Actividad Física de Cataluña.



Jornato del alto rendimiento en la empresa.

El CAR acogió el pasado cinco de mayo una jornada de inspiración y liderazgo, bajo el título "Del alto rendimiento a la empresa, donde deportistas de élite y empresas exploraron cómo los valores del deporte pueden ser claves para el éxito empresarial.

La jornada, que celebraba el décimo aniversario del proyecto CAR'Speakers, contó con la participación de exdeportistas de élite como Miki Delàs, quien remarcó que "el verdadero líder no es quien busca ser el mejor de su equipo, sino quien hace que su equipo sea el mejor". Carla Casals, ex nadadora paralímpica, también destacó el poder transformador de los valores del deporte, como la disciplina y el trabajo en equipo.

La mesa redonda, reunió a profesionales de Synergie e Idilia Foods, así como deportistas y exdeportistas de alto nivel como Txell Mas, Ramon Alegre y Sarai Gascón, compartiendo experiencias sobre cómo aplicar el alto rendimiento deportivo al mundo corporativo.

Al cierre, el secretario general del Deporte, Abel García, expuso casos de éxito en los que el deporte ha sido clave en la transformación empresarial, destacando la importancia de la carrera dual y la formación continuada. La jornada, organizada por el Departamento de Atención al Deportista (DAE), finalizó con una sesión de networking, creando un espacio ideal para el intercambio de contactos y nuevas oportunidades laborales y empresariales.



Para el **Departamento de Atención al Deportista (DAE)**, el año 2025 ha sido un año especialmente significativo, marcado por el carácter conmemorativo de los **20 años de trayectoria del servicio y de los 10 años del proyecto CAR'Speakers**. Un año para mirar atrás, poner en valor el camino recorrido y, al mismo tiempo, proyectar el futuro con responsabilidad, ilusión y compromiso con los deportistas.

Ha sido un año intenso, con un incremento muy notable del número de deportistas atendidos, que consolida al DAE como un servicio de referencia en el acompañamiento integral a la carrera deportiva. Este aumento pone de manifiesto la confianza de los deportistas en el servicio y la creciente necesidad de apoyo en momentos clave como la transición académica, la búsqueda de empleo y la retirada deportiva.



El Programa CAR'Speakers, en su décimo aniversario, también se ha consolidado como una iniciativa de gran impacto social, educativo y empresarial, ampliando su alcance a empresas, centros educativos y entornos de reinserción social.



Acto de inicio de temporada y homenaje a los deportistas más destacados de la temporada 2024/2025

El 12 de noviembre, se celebró el acto de inicio de la temporada 2025/26 con una jornada marcada por los reconocimientos a los logros deportivos alcanzados durante el curso 2024/25. El acto fue presidido por el consejero de Deportes, Berni Álvarez, y contó con la presencia del secretario general de Deportes, Abel Garcia, y del director del CAR, Ramon Terrassa.

Durante la ceremonia se homenajearon a deportistas y entrenadores por los resultados destacados en competiciones internacionales como Juegos Olímpicos y Paralímpicos, campeonatos mundiales y europeos. Se entregaron medallas a representantes de disciplinas como natación, motociclismo, atletismo, halterofilia, golf, tiro olímpico, pentatlón moderno y triatlón, entre otros.

También se distinguieron varios equipos y selecciones, como las selecciones absoluta y s16 de waterpolo femenino, la selección absoluta masculina de waterpolo y el equipo de natación artística. En el ámbito individual, se reconocieron éxitos como los de la saltadora Ona Bonet, la campeona del mundo de trial Berta Abellán, los nadadores paralímpicos Núria Marquès, Oscar Salguero y Mahamadou Dambelleh, el atleta Josué Canales, así como los pilotos Ramon Godina y Brian Uriarte, entre otros.



En uno de los momentos más emotivos, el entrenador de la selección masculina de waterpolo, David Martín y Berta Abellán ofrecieron discursos inspiradores como referentes del Centro y del deporte catalán. Como gesto simbólico, el conseller entregó a Berta Abellán un gran certificado de beca que representaba a los 390 deportistas becados esta temporada en el CAR.

La clausura corrió a cargo del conseller, que reafirmó el compromiso de la Generalitat con el desarrollo del deporte catalán y puso en valor la labor del CAR en la mejora del rendimiento deportivo.

La jornada concluyó con el descubrimiento de nuevas fotografías en el Hall of Fame del Centro, con deportistas olímpicos y paralímpicos destacados como Emma Feliu y Miguel Luque, así como las selecciones de waterpolo femenino y natación artística.

Presentación de los dos proyectos de IA que se están llevando a cabo en el CAR: nutrición y trampolín.

El Gobierno presentó, el pasado 15 de diciembre, el lanzamiento de dos iniciativas de inteligencia artificial (IA) en el CAR, para mejorar el rendimiento deportivo y el seguimiento nutricional. Estas iniciativas forman parte del programa GovTech Catalunya, impulsado por el Govern para fomentar la transformación digital y la innovación en el sector público.

El consejero de Deportes, Berni Álvarez, el secretario general de Telecomunicaciones y Transformación Digital, Albert Tort, y el secretario general de Deportes, Abel Garcia, fueron los encargados de presentar a los medios de comunicación estas nuevas herramientas para promover la transformación digital y el uso de nuevas tecnologías.

El primer proyecto es un asistente nutricional basado en IA, que automatiza el seguimiento de las comidas de los deportistas de élite. Hasta ahora los deportistas del CAR debían llevar un registro manual de su dieta. Con la nueva herramienta, a través de una cámara instalada en el comedor, se escanean las bandejas de los deportistas para identificar los alimentos y registrarlos de forma automática. Este sistema optimiza tiempo y minimiza errores, además de permitir a los nutricionistas dedicarle más tiempo al acompañamiento personalizado del deportista.

El segundo proyecto presentado es un juez virtual diseñado para analizar la ejecución de los saltos de gimnasia trampolín. El sistema utiliza cámaras e IA para analizar los movimientos de los atletas durante los saltos y proporcionar indicadores objetivos en tiempo reales. Así, los deportistas pueden consultar de forma inmediata los resultados de cada salto, compararlos con los anteriores e identificar las áreas de mejora.

Actualmente, el sistema puede medir la altura y duración del salto, así como el punto de contacto con la cama elástica. Se prevé que en el futuro pueda valorar aspectos más complejos como el número de giros o la posición del cuerpo.



Entrega de certificado de becas temporada 2025/2026

Durante noviembre y diciembre se hizo entrega de becas de la temporada 2025/2026, por parte del Consejero de Deportes, Berni Álvarez y el secretario general de Deportes, Abel Garcia.

Estos certificados acreditan oficialmente el tipo y valor de la beca concedida a cada deportista, en un acto de carácter interno ya celebrado en anteriores ocasiones, con la participación y apoyo de la Consejería de Deportes de la Generalitat.



Commemoració dels 20 anys del Projecte inclusiu Hockey+

El 27 de novembre es va presentar al CAR la nova selecció catalana del Projecte Hockey+, un projecte que celebra el seu retorn després de vint anys d'història i que obre la porta a la competició internacional amb un enfocament inclusiu.

Durant la presentació, també es va donar a conèixer el primer reglament d'hoquei accessible cognitivament, un pas important en la inclusió i autonomia de tots els jugadors i jugadores.

Jornadas "Abrimos el CAR"

Tal y como se hizo en el 2024, este año, dentro del ámbito ESPORTCAT, destaca el proyecto "Abrimos el CAR". Esta iniciativa tiene como objetivo dar a conocer el Centro de Alto Rendimiento (CAR), un espacio en el que se prepara la élite deportiva catalana. Durante el año, se organizó una jornada dirigida a niños y niñas, ofreciéndoles la oportunidad de pasar un día en el CAR, vivir la experiencia de la preparación deportiva de alto nivel y compartir momentos con los deportistas que entrenan en el centro. Las jornadas fueron:

- Abrimos el CAR: Natación carreras. 22 de marzo

CHARLAS Y ACTIVIDADES

No podemos olvidar que una de las finalidades del CAR es la prestación de servicios vinculados a la creación del conocimiento, desarrollo y formación en ciencias, disciplinas y materias aplicadas al deporte de alto rendimiento. En este sentido, se han organizado en 2025, una serie de charlas por familias, de los deportistas matriculados en la ESO y el Bachillerato del CAR:

- Departamento de Psicología Deportiva; El afrontamiento de la doble exigencia Estudis/Esport
- Departamento de Nutrición: Energía, Salud y Rendimiento
- Departamento de Medicina; cómo trabajamos
- Departamento de Atención al Deportista: Transición a la Universidad y los programas de Tutorías Universitarias

Este año 2025 también se ha creado un grupo de seguimiento de la temporada con las familias delegadas de la ESO y el Bachillerato, que coordina a la responsable de la Unidad de Acompañamiento en la Carrera Deportiva.

Los objetivos de trabajo son:

- **Mejora de la comunicación y resolución de problemas**, un canal directo con las familias permite detectar y resolver necesidades logísticas, académicas o deportivas con mayor agilidad. Esto evita malentendidos y reduce tiempo de respuesta, favoreciendo un entorno más organizado y eficiente.
- **Implicación activa de las familias en el desarrollo integral del deportista**, La coordinación fomenta que las familias participen en el proceso formativo y deportivo, reforzando valores como la responsabilidad, la disciplina y la motivación.
- **Colaboración en la formación y bienestar de los deportistas**, el centro puede compartir información sobre formaciones, hábitos saludables, gestión emocional y otros recursos que complementen la preparación deportiva y académica. Esto crea una red de apoyo que beneficia al rendimiento y el bienestar global de los jóvenes.

Se realizan 4 encuentros anuales y seguimiento a través de un grupo de WhatsApp.

Departamento de Tutoría este 2025 queremos destacar las siguientes intervenciones con los deportistas internos:

- Intervención educativa sobre el uso responsable de las TIC.

Tras detectar un uso intensivo de plataformas digitales, se impulsaron actuaciones para fomentar hábitos saludables y garantizar el descanso, implicando a las familias en el acompañamiento digital. También se llevó a cabo una actividad educativa para reforzar la conciencia sobre este uso entre los/las deportistas.

- Impulso del soporte académico para deportistas.

Desde el centro se trabaja para acercar a los/las deportistas el espacio de apoyo académico, como una oportunidad con el objetivo de potenciar hábitos de estudio y facilitar la compaginación con la actividad deportiva. En el último curso, el aprovechamiento de éste, en términos de asistencia, creció de forma significativa.

Proyección internacional y relaciones estratégicas





ASPC XIV Foro Internacional sobre Deporte de Alto Rendimiento - Helsinki 2025

El XIV Foro Internacional de la ASPC se celebró en Helsinki (Finlandia) del 29 de septiembre al 3 de octubre de 2025, siendo la primera vez que un Foro Internacional de la ASPC tenía lugar en la región nórdica. El Foro fue organizado por el Centro Nacional Olímpico de Alto Rendimiento Urhea (NOTC) Helsinki, en colaboración con el Three Campuses Sport Institute, con el apoyo del Comité Olímpico Finés, el Ministerio de Educación y Cultura y la Ciudad de Helsinki.

Bajo el lema "Una perspectiva nórdica sobre el deporte de alto rendimiento", el Fórum puso en valor principios profundamente arraigados en la cultura deportiva nórdica, como la cooperación, la sostenibilidad, el bienestar del deportista y la buena gobernanza.

El evento reunió a 445 participantes de 36 países y 177 organizaciones, consolidando el papel de la ASPC como plataforma global de diálogo y colaboración en el ámbito del deporte de élite y de alto rendimiento.



Visita de representantes de gestión deportiva de Irlanda

El pasado 16 de octubre de 2025, el CAR recibió la visita de una delegación de responsables de gestión deportiva de Irlanda, que quisieron conocer nuestro Centro para poder trasladar nuestro modelo a su Centro de alto rendimiento.

La delegación, interesada especialmente por el modelo de gestión del CAR y por la diversificación de servicios, pudo visitar las instalaciones deportivas y encontrarse con el Secretario General del Deporte, Abel Garcia, director del CAR, Ramon Terrassa, y Pep Escoda, Jefe de la Unidad de Internacional y nuevo negocio y Secretario de la ASPC.



Talent Identification Congress (INSEP – París, 26-27 noviembre 2025)

Los días 26 y 27 de noviembre de 2025, el INSEP (Instituto National du Sport, del Expertise et de la Performance) de París organizó el Talent Identification Congress, un encuentro internacional dedicado al análisis de modelos, metodologías y experiencias en identificación y desarrollo de talento deportivo. El Centro de Alto Rendimiento de Sant Cugat (CAR) fue invitado a presentar su modelo deportivo y educativo, así como proyectos específicos relacionados con el desarrollo de talentos y la carrera dual.

La participación del CAR se articuló a través de dos principales contribuciones:

- Presentación institucional del modelo CAR y exposición de un caso real de carrera dual con la experiencia de la nadadora artística Paula Ramírez, medallista olímpica.
- Presentación del proyecto estratégico de desarrollo del waterpolo catalán, elaborado por Nani Guiu, que no pudo estar presente físicamente y fue expuesto por Josep Escoda.



Congreso APOGESD 2025 – Vilamoura (Portugal)

Los días 11 y 12 de diciembre de 2025, el Centro de Alto Rendimiento (CAR) de Sant Cugat participó en el Congreso APOGESD, organizado por la Associação Portuguesa de Gestão do Desporto en Vilamoura (Portugal). El CAR estuvo presente mediante el sr. Josep Escoda, responsable de Relaciones Internacionales y Nuevos Desarrollos, invitado por el Comité Organizador en calidad de ponente internacional.

La presencia del CAR en el congreso tuvo como finalidad:

- Difundir el modelo deportivo y tecnológico del centro a nivel internacional.
- Posicionar al CAR como referente en innovación aplicada al rendimiento deportivo.
- Reforzar las relaciones con organismos portugueses de gestión deportiva.
- Promover iniciativas de cooperación en el marco de la red ASPC.



Visita del Centro de entrenamiento de Vorarlberg, Austria, en el CAR

Representantes del Centro de Entrenamiento de Vorarlberg, en Austria, visitaron el Centro con el objetivo de fomentar la colaboración y el intercambio de experiencias en materia de alto rendimiento deportivo y entrenamiento.

La visita contó con la presencia de Teresa Müllebner, entrenadora del Youth Performance Center y co-líder del proyecto "Female Athlete", así como de Antje Peuckert, experta en ciencia del deporte y entrenamiento. Durante su estancia en el CAR, se llevaron a cabo un total de seis talleres de la mano de profesionales de la Federación Española de Natación, entrenadores, deportistas y ex deportistas olímpicos.

Estos talleres permitieron el intercambio de conocimientos y estrategias innovadoras para mejorar el entrenamiento de los deportistas de alto rendimiento, con especial enfoque en el desarrollo de las mujeres deportistas. Entre los ponentes de los talleres se encontraron nombres destacados como Andrea Fuentes, Víctor Cano, Guillermo Villa, Mati Ortiz y Paula Ramírez.



ALTRES VISITES INTERNACIONALS DESTACADES

- Visita de una delegación del Comité Olímpico de Irak, encabezada por el secretario general, Haitham Abdulhameed. La gestión de la visita la realizó el nuevo CEO del Comité Iraquí, Ignasi Fàbregues, ex-deportista del CAR. El país del golfo pérsico está definiendo su política deportiva.
- Visita de una delegación del Consulado General de China en Barcelona. Visitan la selección china de saltos de longitud y triple (atletismo), que estaba realizando una concentración en el CAR.
- Comité Olímpico y Deportes Guatemala.
- Deportes Filipinas.
- Directivos del INSEP, encabezados por su director, Fabien Canu.
- Comité Paralímpico de Ghana. Foster Kwarteng, miembro del comité Paralímpico y presidente de Ghana Para Athletics Association, para conocer los servicios del CAR y las posibilidades de realizar estancias con atletas paralímpicos de este país.
- Visita del ex-waterpolista Felipe Perrone junto a Farida Idriss, representante de World Aquatics por África.
- Slava Kuzmenko Kyrgyzstan Nat. TC
- Antonieta Riffo Chile
- Wake Forest University
- Fabian Quesada ADESP
- Rita Juntunen
- Florida University
- ELEIKO Sponsor ASPC
- API USA Academic Prog.
- ELEIKO Hamstad

CURSOS INTERNACIONALES DE ENTRENADORES DE SOLIDARIDAD OLÍMPICA

Desde 1998, el CAR de Sant Cugat y el Instituto Nacional de Educación Física de Cataluña (INEFC) de Barcelona han sido designados por el Comité Olímpico Internacional como centros de referencia para la formación de entrenadores beneficiarios de los programas de Solidaritat Olímpica. Este año se han llevado a cabo dos ediciones, el curso 47 presencial y el curso 48 online.

Curs 47 Presencial & Curs 48 Online



	Curso 47 Presencial (Enero - Marzo)	Curso 48 en Línea (Nov - Dic)
Alumnos Totales	27	29
Hombres	17	17
Mujeres	10	12
Número de Países	18	18
Países Representados	Angola, Argentina, Bolivia, Argentina, Bolivia, Brasil, Chile, Colombia, Costa Rica, Cuba, Ecuador, El Salvador, Guinea Ecuatorial, Guatemala, Honduras, Nicaragua, Panamá, Paraguay, Portugal, República	

Comunicación, marca y visibilidad del CAR

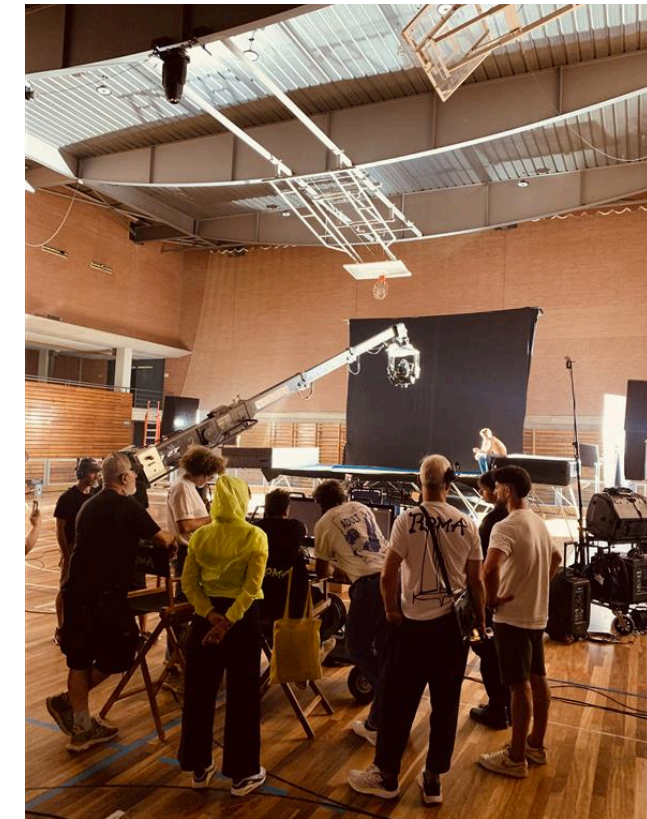


USO DE LAS INSTALACIONES DEL CAR

El uso de las instalaciones del CAR no es exclusivamente deportivo. Desde la Unidad de Relaciones Internacionales y Nuevos Desarrollos se promueve también su utilización por parte de agencias de publicidad, escuelas de negocios y empresas, tanto para rodajes como para la organización de eventos corporativos o formaciones.


Durante este 2025 se han llevado a cabo:

- 16 EVENTOS
- 10 FORMACIONES
- 5 RODAJES




COMUNICACIÓN (IMPACTO MEDIÁTICO)


TOTAL DE APARICIONES EN LOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN

	<p>Prensa diaria: 147 noticias. Medios digitales: 53 noticias.</p>
---	---


CRECIMIENTO DIGITAL EN REDES SOCIALES:

	 <p>+ 12.578 seguidores + 4.000.000 visualizaciones + 47.500 interacciones con los seguidores</p>
	 <p>+ 8.800 seguidores + 2.300 impresiones + 70.500 alcance potencial</p>
	 <p>+ 2.024 seguidores + 380 apariciones + 2.433 visualizaciones de perfil</p>
	 <p>+ 448 seguidores + 88.991 visualizaciones + 1400 interacciones</p>


DEPORTES CON MÁS REPERCUSIÓN

	<p>Waterpolo: 28 noticias. Natación artística: 24 noticias. Natación: 29 noticias. Atletismo: 21 noticias.</p>
---	---

COLABORACIONES Y PUBLICACIONES:

	<p>Publicaciones compartidas: la herramienta de colaboración de Instagram principalmente con @esportcat y con federaciones específicas/deportistas</p> <p>Etiquetas: interacción con los deportistas residentes. Publicamos vídeos de entrenamientos reales generando un flujo de contenido orgánico muy alto.</p>
--	--

WEB DEL CAR DE SANT CUGAT

	<p>Visitas del sitio web: 23.000 visitas al año en Piwik Pro</p>
---	---

CAMPAÑAS

	<p>Campaña LA28: se ha encendido oficialmente hacia el próximo ciclo olímpico #FromCARtoLA28. Con la mirada puesta en los JJOO/JJPP de LA 2028, da visibilidad al esfuerzo diario, disciplina y excelencia de los deportistas que se preparan en nuestras instalaciones.</p> <p>Canales: Estrategia en Redes Sociales: contenido exclusivo en Instagram y otras plataformas, se mostrará el "detrás de escena" de los entrenamientos, historias de superación y la evolución de nuestros atletas en su ruta hacia la cita olímpica.</p> <p>Gráfica Publicitaria: La campaña se apoya en una potente identidad visual que estará presente en soportes físicos y digitales, combinando la esencia técnica del CAR con el espíritu innovador y ambicioso que caracteriza el camino hacia 2028.</p>
---	--

Compromiso social, sostenibilidad y valores

Reponsabilidad social corporativa



LA FUNDACIÓN ASPACE CATALUNYA, CELEBRA EL DÍA MUNDIAL DE LA PARÁLISIS CEREBRAL EN EL CAR

La Fundación Aspace Catalunya, la selección española de natación artística y el C.N.Kallipolis celebraron el pasado 18 de octubre, en el CAR, el Día Mundial de la Parálisis Cerebral. Emoción, talento y compromiso social llenaron la piscina de natación artística, en un acto que unió a la Fundación Aspace Catalunya y la selección de natación artística para conmemorar el Día Mundial de la Parálisis Cerebral, bajo el lema "Una alianza histórica para vivir sin límites".



El evento simbolizó la conexión entre la excelencia deportiva y la fuerza de la diversidad humana, convirtiéndose en un homenaje a la inclusión, superación y trabajo en equipo. En una coreografía conjunta entre seis personas usuarias de Aspace Catalunya y las nadadoras del equipo de natación artística y del Club Kallipolis, se desarrolló una actuación llena de sensibilidad e inspiración.

CHARLAS EN CENTROS PENITENCIARIOS - CAR'SPEAKERS

Desde hace dos años, el CAR de Sant Cugat colabora con el Departamento de Justicia, Derechos y Memoria a través del programa Car'Speakers. Esta iniciativa permite que los deportistas olímpicos y paralímpicos compartan con la sociedad los aprendizajes adquiridos en su trayectoria deportiva. Con este programa, el CAR también contribuye a la reinserción de las personas privadas de libertad, ofreciéndoles una perspectiva motivadora a través del deporte. Esta colaboración reafirma el compromiso del CAR con la inclusión y reinserción social a través del deporte.

Charla de salud mental con Berta Ferreras y Laura Ester. Deportes y valores. Del entrenamiento a la vida, los valores del deporte por la vida diaria

El 18 de febrero, la nadadora olímpica Berta Ferreras ofreció una charla sobre salud mental y valores deportivos en el centro penitenciario Brians 1, con la colaboración del Departament de Justícia. Bajo el título "Del entrenamiento a la vida", destacó cómo valores como el trabajo en equipo, la resiliencia y la humildad, aprendidos en el deporte, son clave para afrontar retos personales y sociales, especialmente en un entorno como el penitenciario.

Charla de CAR'Speakers en el Penitenciaro Quatre Camins.

El 19 de junio se celebró una charla del programa CAR'Speakers en el Centro Penitenciario Quatre Camins con el taekwondista Ramon Ruiz. La actividad permitió a los internos conocer de primera mano el esfuerzo y vivencias del deporte de alto nivel, utilizando el deporte como herramienta de bienestar, transformación y reinserción social.



CA
AR



CENTRE D'ALT
RENDIMENT

