

Treball de fi de grau

Títol

Autor/a

Tutor/a

Departament
Grau
Tipus de TFG
Data

Full resum del TFG

Títol del Treball Fi de Grau:

Català:

Castellà:

Anglès:

Autor/a:

Tutor/a:

Curs:

Grau:

Paraules clau (mínim 3)

Català:

Castellà:

Anglès:

Resum del Treball Fi de Grau (extensió màxima 100 paraules)

Català:

Castellà:

Anglès:

ÍNDEX GENERAL

1. INTRODUCCIÓ.	.	.	.	.	.	.	4 a 6
1.1 Presentació	.	.	.	.	.	.	.
1.2 Motius	.	.	.	.	.	.	.
1.3 Sinopsi	.	.	.	.	.	.	.
1.4 Objectius	.	.	.	.	.	.	.
 2. PRESENTACIÓ FORMAL DEL PROJECTE.	.	.	.	.	.	.	7 a 14
- 1. Estructura del documental	.	.	.	.	.	.	.
- 1.1 Divisió interna	.	.	.	.	.	.	.
- 1.2 Estructura temporal	.	.	.	.	.	.	.
- 1.3 Estructura interna en la documentació de les disciplines esportives	.	.	.	.	.	.	.
- 1.4 Calendari de treball	.	.	.	.	.	.	.
- 1.5 Viabilitat del projecte	.	.	.	.	.	.	.
- 1.6 Audiència	.	.	.	.	.	.	.
 - 2. Fonts	.	.	.	.	.	.	.
- 2.1 Fonts principals	.	.	.	.	.	.	.
- 2.2 Fonts secundaries	.	.	.	.	.	.	.
 - 3. Tipologia de documental	.	.	.	.	.	.	.
- 4. Context del documental	.	.	.	.	.	.	.
- 5. Modalitats esportives	.	.	.	.	.	.	.
- 6. Enfoc documental	.	.	.	.	.	.	.
- 7. Calendari de treball	.	.	.	.	.	.	.
 3. PLA DE PRODUCCIÓ	.	.	.	.	.	.	14 a 30
- 3.1 Preproducció	.	.	.	.	.	.	.
-3.1.1 Qüestionari	.	.	.	.	.	.	.
-3.1.2 Contacte ampliat fonts	.	.	.	.	.	.	.
-3.1.3 Localitzacions	.	.	.	.	.	.	.
-3.1.4 Timeline	.	.	.	.	.	.	.

-3.1.5 Permisos d'enregistrament	
-3.1.6 Guió tècnic	
-3.1.7 Permisos fotogràfics	
- 3.2 Producció	
-3.2.1 Calendari	
-3.2.2 Tècniques especials de producció	
-3.2.3 Recursos tècnics	
-3.2.4 Fotografia	
-3.2.6 Il·luminació	
- 3.3 Postproducció	
 4. PRODUCCIÓ DEL FRAGMENT/ TEASER	30 a 32
 - 4.1 Presentació i justificació	
 5. COMERCIALITZACIÓ I PLA FINANCER.	32 a 43
- 5.1 Comercialització	
- 5.1.1 Cadenes de TV	
- 5.1.2 Internet	
- 5.1.3 Festivals	
- 5.2 Pla Financer	
- 5.2.2 Finançament	
- Sponsors	
- Cadenes de TV	
- Subvencions	
- Crowdfunding	
- 5.2.3 Pressupost	
- Pressupost material tècnic	
- Pressupost personal tècnic	
- Altres pressupostos	
- Pressupost final	
 6. EQUIP TÈCNIC	44 a 45
7. TRACTAMENT	46 a 48

9. CONCLUSIONS	.	.	.	.	.	.	.	48 a 49
10. AGRAÏMENTS	.	.	.	.	.	.	.	49
11. BIBLIOGRAFÍA	.	.	.	.	.	.	.	50
12. ANNEXOS	.	.	.	.	.	.	.	50 a 68

1. Introducció

"Sense límits": Documentant la minusvàlua en els esports de risc

Presentació / Sinopsi

"Sense límits" és una proposta de documental audiovisual que pretén reflectir els esports de risc practicats en espais naturals des del punt de vista d'una persona discapacitada físicament. A partir de tres esportistes de modalitats totalment diferents (parapent, esquí i piragüisme), volem fer un retrat de la seva realitat, de la seva capacitat de superació i del fort sentiment que proporciona aquesta classe d'esports juntament amb el seu efecte terapèutic davant la complicada situació que comporta una discapacitat física.

Tot centrant-nos en les seves experiències personals, seguim el seu dia a dia, la preparació requerida, els entrenaments i les peculiaritats i limitacions que tenen a l'hora de practicar l'esport per mostrar un relat circular. També, a partir d'entrevistes personals, ens explicaran les seves passions, les emocions que persegueixen i les motivacions que tenen per continuar, malgrat les seves condicions físiques, practicant aquests esports de risc. La durada del documental és de 25 minuts aproximadament.

Motius / Justificació

La raó principal per realitzar aquesta peça audiovisual és basa en la possibilitat de mostrar als espectadors l'esperit de superació que tenen certes persones a l'hora d'afrontar la seva condició física. La idea és fer pensar el públic, que convisqui a la reflexió i que aquestes històries serveixin d'inspiració per a qui les visualitzi.

Un altre motiu per justificar aquesta temàtica és la falta de visibilitat social dels esports adaptats i de la minusvàlua en els esports de risc. Els processos que segueixen i les adaptacions en els seus equipaments són dignes de ser retratats de manera audiovisual, ja sigui per la dificultat o per l'elaborat funcionament.

Pel que fa a la decisió de documentar els tres esports triats (parapent, esquí i piragüisme) es basa en que, amb aquestes tres modalitats, es cobreixen tots els

terrenys i elements practicables, és a dir, aigua, terra i aire, i, per tant, podem veure com es desenvolupen els esportistes en diferents ambients.

La durada de 25 minuts del documental es justifica de la següent manera:

Els 3 minuts de presentació/introducció inclouran el títol junt amb els crèdits principals (director/producció/col·laboradors). També s'inclouran imatges on apareixeran els esportistes practicant el seu esport i imatges d'on es practiquen aquests esports juntament amb les sensacions que transmet la pràctica. L'inici apel·larà al sentiment i la passió pels esports de risc practicats en espais naturals.

A continuació, es desenvoluparà el cos del documental amb una durada de 18 minuts dividits en 6 minuts per a cada modalitat i esportista. En aquests 6 minuts, apareixeran les entrevistes amb els esportistes minusvàlids, els entrenaments i les preparacions tècniques i imatges dels testimonis practicant el seu esport.

Per acabar, els 4 minuts restants inclouran una conclusió del documental. Els esportistes ens parlaran de les motivacions que els fan continuar i s'acabarà amb els títols de crèdit on apareixeran tots els participants en la producció, els testimonis, les fonts secundàries i els agraïments, entre d'altres.

El títol escollit, *Sense límits*, inclou els dos elements clau del documental; traspassar els límits, tant de la modalitat escollida en qüestió com les limitacions d'una minusvàlua. El primer element es basa en el fet que els esports de risc no tenen una limitació, és a dir, a diferència d'esports més tradicionals com el futbol on les teves limitacions són el camp i la porteria (reglamentació i limitació evident), els esports de risc no tenen tants límits, sempre es pot anar una mica més enllà. En segon lloc, es pot considerar que una minusvàlua és una limitació important en la vida d'una persona, però no per als testimonis que veurem en aquest documental.

Amb aquestes dues idees, sorgeix el títol *Sense límits* ja que en aquest documental veurem que ni l'esport ni els esportistes tenen cap impediment.

Objectius

Els objectius que ens hem marcat amb aquest documental es basen en mostrar al món que l'esperit de superació no té cap limitació. Malgrat la discapacitat i, en alguns casos el trauma causat arrel d'aquesta, aquests esportistes han sigut capaços de seguir fent allò que més els agradava abans de la lesió a partir del poder dels esports extrems i la natura.

Els seus exemples són un clar exponent a seguir i un bon recurs per mostrar la bellesa dels esports de muntanya, la interacció amb la natura i la capacitat d'anar més enllà.

2. PRESENTACIÓ FORMAL DEL PROJECTE

1. Estructura del documental:

1.1.1 Divisió interna

Aquest projecte de documental es dividirà en tres parts; A partir de les tres fonts escollides, veurem tres exemples de diferents modalitats esportives i com cadascun dels testimonis desenvolupa la seva activitat. Com que amb aquest documental es pretén tractar també la passió per la natura que arrel dels esports de risc i de muntanya, s'ha decidit dividir-ho en tres disciplines practicades amb diferents recursos i en medis totalment diferents: terra (esquí), aigua (piragüisme) i aire (parapent). Així doncs també podem destacar que, l'adaptació no té límits, que es pot fer en qualsevol modalitat i en qualsevol medi.

Dedicant un espai temporal més o menys equitatiu per a cada modalitat, anirem explicant, cas per cas, com els esportistes s'han adaptat amb la seva condició física. Per tant el documental es dividirà de la següent manera:

- INTRODUCCIÓ (+títol)
- DESENVOLUPAMENT
 - Piragüisme
 - Parapent
 - Esquí
- CONCLUSIÓ (+crèdits)

1.1.2 Estructura temporal

Durada de les parts: La durada de la peça documental tindrà una extensió de **25 minuts** repartits de la següent manera:

Introducció (+títol)	3 minuts
Desenvolupament	18 minuts (6+6+6)
- Parapent/Esquí/Piragüisme	6 minuts x modalitat
Conclusió (+crèdits)	4 minuts

1.1.3 Estructura interna en la documentació de les disciplines esportives:

Dins l'apartat de desenvolupament, veurem les tres modalitats d'esport de risc que treballarem amb el documental. A continuació es farà un desglossament introductori de com es dividiran aquestes parts i com s'estructuraran.

1. Perfil de l'esportista
2. Com han patit la lesió i les limitacions que tenen.
3. Explicació del seu esport, adaptació (tant la seva pròpia adaptació com la dels materials per practicar-lo) i quins requisits es necessiten per preparar-se.
4. Explicació dels entrenaments i la pràctica de l'esport
5. Motivacions per continuar, efectes psicològics i els sentiments que proporciona la pràctica del determinat esport (Per a la majoria de practicants, la modalitat que practiquen no la veuen com un esport, sinó com una forma de vida. És un aspecte també important a destacar per tal d'entendre la força i la motivació que proporcionen els esports de risc). A part, cal destacar l'efecte terapèutic que té la pràctica d'aquest tipus d'esports.

1.2 Calendari de treball (Resum)

El calendari de treball marca els dies exactes en que s'ha de dur a terme la producció i la post-producció del documental. La calendarització del treball, les dates de producció i de postproducció i els horaris de rodatge es troben a l'apartat Annexos. (Pàg. 51 a 53)

1.3 Viabilitat del projecte

Pel que fa a l'aspecte de viabilitat, es considera que aquest documental té un bon potencial ja que pot atraure tota classe d'espectadors. Des del col·lectiu de discapacitats físics fins a esportistes de risc passant per tota aquella persona capaç d'apreciar una història inspiradora per aplicar-ho a la seva vida personal.

A tot això, el pressupost i la producció del documental no tindrà un cost elevat en comparació amb altres produccions documentals d'aquesta tipologia. Quelcom que garanteix un potencial marge de benefici en comparació amb l'ampli públic i cadenes de televisió, associacions i festivals que puguin estar interessats pel documental.

1.4 Audiència

Aquest documental està enfocat cap a un públic general. Tot i que engloba el tema dels esports de risc en el col·lectiu minusvàlid, quelcom molt concret, pretenem generar un discurs emotiu i que serveixi com un element d'inspiració a partir de la documentació d'uns testimonis marcats per l'esperit de superació constant.

A part, també volem mostrar el gran valor del esports de risc i de muntanya per tal de sensibilitzar de la potent força que tenen aquests estils d'esports menys convencionals i que interactuen tant amb la natura. Pretenem mostrar què es allò que porta una persona minusvàlida a practicar, malgrat les seves grans limitacions, un esport on és necessària una gran mobilitat corporal.

Pels amants de l'esport de muntanya, és un documental idoni ja que li dona un altre punt de vista sobre els esports que practiquen.

Pel col·lectiu de persones minusvàlides, proporciona un exemple a seguir per tal d'afrontar una situació molt complicada amb un esperit més positiu. Uns testimonis per tal que les persones que tenen més dificultats per adaptar-se a aquesta complicada situació pugin utilitzar-los com a referència.

Pel col·lectiu més general, explica tres històries curioses que no s'han documentat gaire en els mitjans i serveixen d'inspiració i conscienciació. D'una banda, perquè explica tres històries de superació i de l'altra, perquè denuncia els potentíssims valors dels esports de risc i de muntanya (l'amor per la natura, la cerca dels límits del cos humà, els efectes beneficiosos d'experimentar una bona dosi d'adrenalina, etc.)

També cal destacar la gran amplitud de públic que pot englobar. Des dels mes joves, fins als més grans, poden gaudir del documental i acabar amb aquesta imatge generalitzada que els esportistes d'aquest nivell son "inconscients" o que "no saben el que s'hi juguen", que de vegades una minusvàlua pot no ser una limitació si no es vol, en la passió que hi ha darrere d'aquesta tipologia d'esports i el seu efecte terapèutic i la potent relació que té amb la naturalesa.

2. Fonts

2.1 Fonts principals (Breu descripció)

Les tres fonts principals que utilitzarem per a la producció de la peça audiovisual es corresponen amb les diferents modalitats d'esport que tractarem. Els diferents testimonis que apareixeran són esportistes amb paraplegia que han hagut d'adaptar-se a aquesta reducció de mobilitat per tal de practicar la seva passió. Per les diferents modalitats tenim:

- **Parapent:** Kiko, parapentista andorrà. Practica el vol a la muntanya Màgica, Organyà. Va patir la seva lesió després de cometre un error saltant al mar. Abans de l'accident era un experimentat esquiador. Va acabar escollint el parapent per la seva fàcil adaptació amb la seva condició física.
- **Esquí:** Àlvaro Baiona, de Barcelona. Experimentat snowboarder, surfista i practicant del wakeboard, va patir la seva lesió per culpa d'una allau mentre esquiava. Malgrat les seves limitacions actuals, ha continuat practicant els seus esports i està perfeccionant un sistema de wakeboard per a minusvàlids. És esquiador minusvàlid amb la tècnica del mono-ski.
- **Piragüisme:** Silvia Elvira, practicant de la modalitat "Paracanoe", piragüisme adaptat per a discapacitats físics. Esportista paralímpica dins la Selecció Espanyola de Piragüisme. Als seus 18 anys va patir un càncer que va acabar amb l'amputació de la cama esquerra.

2.2.2 Fonts secundaries (No presents en la peça final)

- International Canoe Federation (Federació internacional de Piragüisme)
- FEDDF (Federación Española de Deportes de personas con Discapacidad Física)
- FCDEF (Federació Catalana d'Esports de Persones amb Discapacitat Física)
- RFEC (Federación Española de Ciclismo)
- Club Esportiu Handbike Barcelona (Ciclisme adaptat)
- Fundación También (deporte adaptado para la inclusión de personas con discapacidad)
- Parapent Organyà (Jordi)

- www.volarenparapente.com (Escuela de parapente en Organyà - Jose)
- Juan Lupión (parapent - inventor de la cadira amb vela)
- Toni Quiñonero - Freestyle amb cadira de rodes

3. Tipologia de documental

La tipologia d'aquest documental pretén ser de caràcter **expositiu** sense oblidar el toc **reflexiu (poètic)** i **observacional**, ja que es un tema que també apel·la a la sensibilitat i a l'estètica. La intenció del documental és exposar al públic aquesta realitat present en molts esportistes a nivell mundial i també pretén convidar a la reflexió mostrant aquests diversos exemples de superació, amor per l'esport i la natura i els esports de risc com a via terapèutica i de motivació davant una discapacitat de paraplegia.

Per tant, en les entrevistes amb els testimonis podrem veure des de preguntes d'aspecte tècnic i pràctic fins a preguntes més profundes i personals. Des de com s'entrenen i on ho fan fins a buscar la resposta de perquè signifiquen tant la pràctica dels respectius esports per a cadascun d'ells.

4. Context del documental

El tema de la minusvàlua en els esports de muntanya s'ha tractat alguna vegada en els mitjans de comunicació. L'exemple de l'Àlvaro Bayona ja ha sortit en un reportatge de la cadena Tv3 (Esport 3) que documenta les innovacions que ha aportat al món dels esports de risc per a minusvàlids. Tot i ser un document visual que aborda el tema, es centren més en la pròpia figura de l'Àlvaro. Amb aquest documental, es pretén buscar una visió més global pel que fa a aquesta temàtica, és a dir, agafar un exemple de les diferents condicions i elements; terra, aigua i aire.

Els esports de risc s'han començat a conèixer més àmpliament arreu del món en aquests últims cinc anys. Ja sigui per iniciatives com les campanyes de màrqueting de Redbull, festivals internacionals de rellevància com els X-Games i inclús les Olimpíades paralímpiques, entre d'altres, o pel perfeccionament dels equipaments que permeten practicar esports de risc amb més seguretat, els esports extrems s'han arribat a globalitzar de manera dràstica. Tot i aquestes millores en equipaments i les grans

campanyes de màrqueting, aquests esports interessin a un grup més minoritari en comparació amb els esports tradicionals (futbol, bàsquet, etc.). Per tant, aquest documental, al abordar la minusvàlua en els esports de risc, documenta diferents temàtiques en una, cosa que ajuda a captar l'interès i arribar a un públic més ampli.

5. Modalitats d'esport dins el documental

En aquest documental, com ja s'ha dit anteriorment, ens centrarem en la modalitat del parapent (aire), l'esquí (terra) i el piragüisme (aigua). A continuació, es presenta una breu explicació de cada modalitat i com es desenvolupa.

- **Parapent:** Esport nascut a França basat en el pilotatge d'una vela connectada per una sèrie de cordes amb una cadira. L'aparell és controlat mitjançant el balanç del cos, pels frens connectats a la vela i pels cordinos (la resta de cordes connectades a la vela). És una de les modalitats més adaptables per al col·lectiu de discapacitats físics ja que es substitueix la cadira convencional per una cadira de rodes. Una modalitat senzilla, però que implica molts riscos ja que en els enlairaments i els aterratges, el vent i les males condicions climatològiques poden jugar males passades.



[FOTO: Kiko Bella]

- **Piragüisme:** És un dels exponents més senzills de la navegació, ja que es basa en una petita embarcació individual impulsada per un o dos remes. Una modalitat força

adaptable per al col·lectiu de paralítics ja que bàsicament la força s'exerceix amb els braços. A partir de piragües adaptades, conegudes com a *Paracanoes*, els esportistes poden continuar practicant el seu esport. La fundació Tambièn s'encarrega d'impartir cursos per a discapacitats.

Es considera un esport de risc practicat en espais naturals quan es practica fora dels canals de pràctica com el Canal Olímpic. Amb una minusvàlua, però, el risc de practicar aquest esport amb una discapacitat, implica una atenció molt més elevada per la incapacitat de nedar correctament en cas d'algun accident. Per això, també considerem enregistrar la pràctica del paracanoes en el mateix Canal Olímpic apart d'enregistrar-ho a la Costa Brava.



[FOTO: www.avancedeportivo.es - Sílvia Elvira]

- **Esquí:** A partir d'un complex sistema, els esquiadors minusvàlids han aconseguit poder continuar amb el seu esport a partir de la invenció dels esquís adaptats. Una cadira amb esquís juntament amb dos suports en forma d'esquí per a les mans, són les peces que componen aquest sistema per a esquiadors discapacitats físicament. L'Àlvaro Bayona va patir un accident practicant snowboard, el qual va resultar en la seva minusvàlua. A partir d'aquell moment va continuar la seva passió per la neu amb aquest sistema.



[FOTO: www.vivirenaustralia.com - Álvaro Baiona]

6. Enfoc Documental

L'enfocament d'aquest documental pretén fixar-se en els sentiments que proporcionen aquesta classe d'esports a partir de documentar com, inclús patint una minusvàlua, els testimonis volen continuar amb aquests esports que impliquen un risc. Pretenem documentar l'esperit de superació juntament amb el sentiment que transmeten aquests esports que, malgrat les limitacions dels esportistes, van fins a l'extrem, fins al límit per poder practicar-los. El sentiment dels esports de muntanya i l'esperit de superació és allò en què ens volem basar a l'hora de fer aquest documental.

7. Calendari de treball

La calendarització completa dels processos de producció i edició del documental es troben inclosos a l'apartat Annexos. (Pàg. 51 a 53)

3. PLA DE PRODUCCIÓ

3.1 Preproducció

3.1.1 Qüestionaris d'entrevistes (3)

Parapent: El testimoni a qui aniran dirigides les següents preguntes és el Kiko. Aquest parapentista minusvàlid ens respondrà sobre la seva trajectòria esportiva abans de l'accident, ens parlarà del seu accident i la seva discapacitat, de com va descobrir aquesta modalitat, com es practica i quins sentiments li transmet.

- Qüestionari #1: Parapent

- Perfil personal: Nom, on viu, vida professional i lesió.

1. Quins esports practicaves abans del teu accident?
2. Com vas patir aquesta minusvàlua?
3. Quina va ser la teva motivació principal per començar a volar amb parapent?
4. Vas començar abans o després del teu accident?
5. Com vas descobrir aquesta modalitat?
6. Quines peculiaritats essencials té el parapent adaptat?
7. Com es posa en pràctica?
8. Quines sensacions/sentiments et transmet?
9. Consideres que l'aprenentatge del parapent adaptat és complicada?
10. Alguna reflexió/consell personal sobre aquest esport i la teva adaptació?

A mesura que continuï la conversa amb l'esportista, aniran sorgint més preguntes (aprofitables o no) relacionades amb les temàtiques que volem reflectir amb el documental.

Esquí: El testimoni a qui dirigim les preguntes és Álvaro Baiona. Aquest esportista minusvàlid ens explicarà la seva passió per la natura i el seu amor per la neu. També ens explicarà els seus antecedents, la seva història, la seva minusvàlua i l'accident i els seus diferents projectes per a esports adaptats.

- Qüestionari #2: Esquí

- Perfil personal: Nom, naixement, vida professional i lesió.

1. Com i quan vas començar a practicar snowboard?
2. Perquè creus que és tant important el món dels esports de risc i de muntanya?

3. Vas patir un accident relacionat amb la pràctica de l'snowboard. Malgrat això, continues practicant el teu esport Quina es la motivació per continuar practicant l'esquí (adaptat)?
4. Explica'ns el procés de pràctica i entrenament per tal de practicar-lo.
5. Com va ser el procés d'adaptació a aquest esport tan peculiar?
6. Parla'ns del teu projecte per adaptar el wake al món de la minusvàlua.
7. Quin és l'efecte psicològic que tenen els esports de risc per a tu?
8. Quines peculiaritats té l'esquí adaptat?
9. Que t'ha aportat continuar amb aquest estil de vida després de la teva discapacitat pel que fa a la convivència amb la teva minusvàlua?
10. Alguna reflexió/consell personal sobre aquest esport i la teva adaptació?

A mesura que continuï la conversa amb l'esportista, aniran sorgint més preguntes (aprofitables o no) relacionades amb les temàtiques que volem reflectir amb el documental.

Piragüisme: El testimoni a qui dirigim les preguntes és la Silvia Elvira. Practicant de Piragüisme adaptat, entrena al Canal Olímpic de Catalunya i a la Costa Brava, localitzacions on enregistrarem les entrevistes.

- Qüestionari #3: Piragüisme/Paracanoe

- Perfil personal: Nom, naixement, vida professional

1. Com i quan vas començar amb el piragüisme? Abans o després?
2. Quin és l'efecte psicològic que tenen els esports de risc per a tu?
3. Quina va ser la teva motivació principal per començar amb el piragüisme adaptat?
4. Quines sensacions et transmet el paracanoe?
5. Quina és la teva principal motivació per seguir amb aquest esport?
6. Quines peculiaritats té el paracanoe?
7. L'adaptació al paracanoe és complicada? Com és aquesta adaptació?
8. Per que consideres que es el millor esport per a tu?
9. Com vas patir aquesta minusvàlua?

10. Alguna reflexió/consell sobre els sentiments que et transmet aquesta modalitat?

A mesura que continuï la conversa amb l'esportista, aniran sorgint més preguntes (aprofitables o no) relacionades amb les temàtiques que volem reflectir amb el documental.

- 3.1.2 Descripció i contacte ampliat de les fonts

Kiko Bella

El Kiko es un esportista paraplègic de 46 anys d'origen Andorrà i nascut a Catalunya. És pilot de parapent i ha provat diverses disciplines adaptades seguint la seva passió per l'esport, la natura i l'activitat física.

Als 31 anys, va patir un accident després de saltar des d'un penya-segat amb intenció d'entrar al mar. Per una mala visibilitat i un error de càlcul, la profunditat no era la idònia i l'accident va acabar resultant en una minusvàlua. Quelcom que ha tingut efectes físics i mentals a posteriori, 15 anys més tard.

El perfil del Kiko abans de l'accident mostrava un esperit actiu i obsessionat per l'esport de muntanya sent professional d'esquí. Va començar a volar en parapent per superar els límits de la seva cadira al veure que era un dels esports més fàcilment adaptables degut a que les cames juguen un paper secundari a l'hora del pilotatge. Després del seu accident, el seu període d'activitat va acabar reduint-se d'una manera considerable fins que va trobar la via d'escapament: El parapent adaptat.



Àlvaro Baiona

L'Àlvaro Baiona es un esportista d'elit amb paraplegia de 31 anys amb una llarga trajectòria en el món de l'alpinisme, l'esquí i en la instrucció de tècnica esportiva. L'any 2010 va patir un aparatos accident al topar amb una allau mentre practicava snowboard, quelcom que va resultar en paraplegia de cintura cap avall.

Amb el seu esperit i perfil, l'Àlvaro, sis anys més tard del seu accident, ha aconseguit impulsar una gran quantitat de projectes relacionats amb l'adaptació dels esports extrems a la minusvàlua i la discapacitat. Seguint sempre la seva passió pels esports extrems. Entre dels seus nombrosos projectes destaquen l'adaptació de la cadira amb una taula de Wakeboard, quelcom en que ha estat pioner de manera internacional a l'hora de patentar el sistema, ha adaptat el món del surf a la discapacitat física i és pioner internacional del Paddle surf adaptat.

A tot això, continua amb la pràctica de l'esquí adaptat malgrat patir l'accident amb aquesta modalitat esportiva.

Amb un esperit motivador, l'Àlvaro ha donat una gran quantitat de xerrades, seminaris i classes per parlar de com afrontar una minusvàlua i com a exemple de motivació davant una situació tant complicada com aquesta.

<http://alvinbayona.com>



[FOTO: www.theplayertribune.com]

Sílvia Elvira

La Sílvia Elvira practica la modalitat de Paracanoë, la piragua adaptada pel col·lectiu de discapacitats físics. És una esportista paralímpica de la selecció Espanyola de Piragüisme que debutarà a les Olimpíades la pròxima edició del 2016. La Sílvia entrena al Canal Olímpic de Catalunya, a Castelldefels, però també organitza rutes de piragüisme per la Costa Brava. Quelcom que per una persona amb dificultats de mobilitat, implica un risc superior.

Va patir un càncer als 18 anys que va acabar resultant en l'amputació de la seva cama esquerra. Els valors de l'esport i el piragüisme l'han ajudat a superar barreres personals, físiques i psicològiques després de patir la seva delicada situació.



[FOTO: www.silviaparaolímpica.com]

- 3.1.3 Localitzacions (Parapent/Esquí/Piragüisme)

- Organyà: La muntanya màgica i Prat

En aquesta localització es durà a terme la producció i enregistrament de la minusvàlua en els esports d'aire (parapent). Aquí farem les respectives entrevistes amb el Kiko, veurem com realitza els entrenaments, tant en terra, amb el procés conegut com a Campa, com en aire, on veurem els processos d'enlairament, vol i aterratge.

Organyà està situat a la comarca de l'Alt Urgell i compta amb dues pistes d'enlairament: la Muntanya Màgica i el Prat. Des de la Muntanya Màgica enregistrarem les imatges d'enlairament i posteriorment, de vol. El Prat és una localització extra per si les condicions de vol des de la Muntanya Màgica no són les més òptimes.

El camp d'aterratge d'Organyà, situat al peu de la Muntanya Màgica, serà clau per enregistrar les pràctiques de terra, també conegudes com a Campa, per les entrevistes amb el Kiko i també per documentar l'estil de vida dels pilots com a

imatges de recurs juntament amb altres imatges de natura i paisatge. Aquí podem aconseguir moltes imatges de recurs, ja que aquesta localització es troba al mig del camp, en una zona envoltada de natura.

Les entrevistes i els entrenaments de terra -Campa-, seran enregistrats en el camp d'aterratge de l'Escola Volar en Parapente amb el permís del Jose, propietari de l'Escola. Els enlairaments i la pràctica s'enregistraran a la pista d'enlairament i a l'àrea de vol.



[Foto: Font pròpia]

- Pistes d'esquí de Vall nord i Grand Valira

Al principat d'Andorra es troben dos dels dominis esquiables més grans dels Pirineus. En la localització de Grand Valira (la més gran de les dues), es durà a terme l'enregistrament i la producció de la secció de l'Àlvaro Baiona. És un extens conjunt de pistes amb facilitats per practicar l'esquí adaptat i per enregistrar imatges recurs, del entrenaments i de les entrevistes amb el testimoni triat.

Per tal d'aconseguir unes bones imatges, contractarem un especialista que pugui seguir al testimoni mentre practica el seu esport per les pistes d'esquí. A part,

comptarem amb una segona càmera (el propi director del documental) per tal d'obtenir més imatges recurs i generar una completa continuïtat en la peça documental.



[FOTO: www.grandvalira.com]

- Canal Olímpic de Catalunya i la Costa Brava

El Canal Olímpic de Catalunya es un complex situat a la localitat de Castelldefels. Es va construir amb motiu de les Jocs Olímpics de Barcelona '92 per dur a terme les corresponents competicions de piragüisme i altres modalitats aquàtiques. Avui en dia és un espai per practicar aquest esport de manera lúdica, per entrenar i per realitzar altres activitats aquàtiques. És un bon lloc per enregistrar imatges de recurs que donen valor i continuïtat al documental ja que està en un espai natural situat al costat d'uns aiguamolls del riu Llobregat. A part, per la grandària del canal, tenim gran llibertat per enregistrar l'entrenament de la Sílvia Elvira des d'una altra piragua i des de diferents angles (ja siguin plans detall, generals, etc.) amb total llibertat i comoditat.

Amb la Sílvia també enregistrarem imatges de com practica el seu esport en la natura. Aquesta esportista realitza rutes de piragüisme per molts racons de la Costa Brava tot i el risc que implica entrar a alta mar amb una discapacitat que dificulta de manera notable la capacitat de nedar. Volem documentar el risc que implica i

que, malgrat això, ho faci per amor als valors de l'esport. No hi ha límits per a aquests testimonis i cap barrera pot aturar-los.



[FOTO: www.barcelonaesmoltmes.com]



[FOTO: www.visitlescala.com]

- 3.1.4 Timeline (Resum)

El Timeline mostra una descripció més detallada del que es pretén enregistrar i obtenir a través de cada escena. És una manera d'ordenar les seqüències per

afavorir a una llegibilitat més senzilla que la del guió tècnic i mostrar-ho de manera més sintetitzada. El Timeline complert es troba a l'apartat ANNEXOS. (Pàg. 54 a 58)

- 3.1.5 Permisos d'enregistrament

Els permisos necessaris d'enregistrament es divideixen en tres:

- **Testimonis:** Per aconseguir els permisos d'enregistrament haurem de firmar el consentiment de la pròpia persona entrevistada.

- **Plans de la pràctica de l'esport i les localitzacions:** Per tal d'enregistrar en diverses localitzacions necessitarem uns permisos que acreditin el consentiment dels propietaris/responsables de la zona. Per enregistrar imatges al camp d'aterratge d'Organyà, haurem de demanar permís al propietari (Jose, de Volar en Parapente). Per enregistrar qualsevol imatge a les pistes de Gran Valira, haurem de demanar permís al departament corresponent de les pistes d'esquí. Per enregistrar al canal olímpic també haurem de demanar permisos a l'associació de piragüisme. Per qualsevol imatge recurs que estigui dintre d'un terme municipal, ciutat, etc., haurem de demanar permís a la institució responsable d'aquest espai.

- **Permisos de tercers:** Si es dona el cas que apareixen terceres persones i són susceptibles de ser reconegudes en la peça final, hauran de signar un consentiment per tal de poder fer pública la seva imatge.

- 3.1.6 Guió tècnic

El guió tècnic determina de manera detallada els plans exactes que s'utilitzaran en cada una de les seqüències del documental tot junt amb l'àudio. Les seqüències, els plans, i l'àudio detallat del documental es troben inclosos en l'apartat Annexos. (Pàg. 59 a 67)

- 3.1.7 Permisos fotogràfics/imatges d'arxiu

Imatges d'arxiu necessàries: Obtenció, justificació, permisos

Les imatges d'arxiu que necessitem es divideixen en les següents:

- Imatges d'arxiu del Kiko abans de l'accident
- Imatges d'arxiu de l'Àlvaro Baiona abans de l'accident
- Imatges d'arxiu de la Silvia Elvira abans de l'accident
- Imatges d'arxiu que els testimonis destaquin durant les entrevistes
- Imatges d'arxiu dels invents/projectes de l'Àlvaro Baiona (Pioner en l'adaptació per a minusvàlids a esports de risc com el wakeboard)
- Imatges d'arxiu guanyant alguna competició d'esports adaptats.

Els permisos per a difondre les imatges recurs/d'arxiu necessàries s'obtindran a partir del consentiment dels propis entrevistats, és a dir, els permisos ens els atorguen els propis testimonis.

Aquestes imatges ajuden a contextualitzar i a enriquir el discurs dels testimonis. Amb elles aconseguim ajudar a una millor comprensió del problema per part de l'espectador que estigui mirant el documental. També donen un valor més sentimental ja que ajuda a identificar-se més amb els testimonis i a complementar una mica més la història prèvia a la minusvàlua dels entrevistats.

- 3.2 Producció

- 3.2.1 Calendari de producció (Pla de rodatge)

L'inici del rodatge d'aquest documental està molt marcat per la temporalitat i la meteorologia idònia per tal de practicar els esmentats esports de manera adequada.

La data d'inici del rodatge comença el dissabte 13 de febrer a les pistes d'esquí de Grand Valira amb l'Àlvaro Baiona. Degut a la necessitat d'unes condicions climatològiques concretes, ja que l'esquí es un esport d'hivern, la data es fixa abans que s'acabi la temporada de neu.

Posteriorment continuem amb el rodatge al març, mes en el qual ens dediquem a enregistrar imatges recurs necessàries per als títols de crèdit i per combinar-les

amb les entrevistes. També acabarem de perfilar la part de la Àlvaro Baiona -si no està ja acabada- ja que serà l'últim mes disponible per enregistrar i practicar l'esport a les pistes.

La segona part serà enregistrada durant el mes d'abril i maig. Començarem amb la part de la Sílvia Elvira en el Canal Olímpic de Catalunya on s'entrena. Allà enregistrarem l'entrevista amb la Sílvia i també els seus entrenaments. A part de tot això, documentarem una travessia per la Costa Brava amb la Sílvia a principis del mes de maig.

Per acabar, la part dedicada al parapent adaptat la començarem a enregistrar a mitjans del mes d'abril, ja que es quan les condicions meteorològiques comencen a millorar; apareixen les tèrmiques lligades a l'augment de les temperatures. Els pilots necessiten una bona temperatura per enlairar-se i aguantar un vol sostingut. Acabarem el rodatge a finals d'abril.

El plànol complet i detallat de les dates de rodatge està inclòs a l'apartat ANNEXOS. (Pàg. 51 a 53)

- 3.2.2 Tècniques especials de producció

Per tal d'enregistrar la pràctica dels esports adaptats amb els que estem treballant, haurem d'utilitzar uns tècniques especials per tal d'aprofundir al màxim a l'hora de mostrar com entrenen aquests esportistes.

- **Parapent:** A l'hora d'enregistrar les imatges del parapentista minusvàlid en acció, utilitzem el recurs de dos vols biplaça per tal d'enregistrar amb detall i de manera general la pràctica d'aquest esport. Una pràctica complicada tot i que oferirà uns angles d'enregistrament privilegiats ja que es podrà enregistrar tan d'es de dalt com des de baix i també fent un seguiment en paral·lel. Així també s'aconsegueix apropar a l'audiència la realitat de l'esportista en el moment que practica aquest esport tan peculiar.

- **Esquí adaptat:** La tècnica utilitzada es basa en el seguiment de l'esquiador a mesura que baixa per la muntanya. Es segueix a l'esportista a partir d'una càmera que practiqui alguna modalitat d'esquí/snowboard. Amb les habilitats d'un professional amb la taula d'snowboard/esquí, som capaços d'enregistrar imatges de l'Àlvaro amb gran proximitat i moviment. També enregistrem les baixades de l'Àlvaro des de punts fixos.

- **Piragüisme:** Amb l'ajut d'un tercer i una piragua tàndem, serem capaços de seguir amb detall la pràctica del piragüisme adaptat de la Sílvia. Per enregistrar aquesta pràctica, necessitarem un mínim de dues persones: un càmera i un piragüista. Tots junts han d'anar dins la mateixa embarcació per fer el seguiment de la Sílvia.

No necessitarem un equip tècnic especialitzat de so durant l'enregistrament d'aquestes pràctiques ja que inclourem música/so d'arxiu durant el procés d'edició final tot i que, si s'escau, inclourem l'enregistrament de so des de les càmeres que enregistraran el procés.

- 3.2.3 Recursos tècnics

Un extens llistat dels materials necessaris per dur a terme la peça documental. Inclou els preus, la descripció i l'ús que farem de cada material. Els recursos tècnics per produir el documental es troben detallats a l'apartat de pressupostos, dins el pla financer del projecte.

- 3.2.4 Fotografia

El documental "Sense límits" també pretén mostrar la bellesa i la connexió amb la natura que tenen aquesta tipologia d'esports. En l'aspecte fotogràfic del documental, es pretén donar importància a la estètica dels llocs on es practiquen aquests esports, per tant, les localitzacions tenen un pes important a l'hora d'enregistrar. Amb això també es pretén mostrar l'efecte positiu que té practicar esport a la natura quan es pateix una minusvàlua. Destacar la bellesa dels espais

naturals dona força al discurs que també es vol donar amb aquest documental: el poder terapèutic dels esports practicats en espais naturals.

-3.2.5 Il·luminació

Pel que fa a la il·luminació del documental, volem potenciar l'ús del sol per tal de donar més naturalitat a la bellesa dels escenaris on enregistrarem. Com que la intenció del documental també inclou remarcar el valor dels espais naturals en aquesta tipologia d'esports, volem donar importància a l'ús de llum natural.

Tot i això, es requerirà d'un tècnic d'il·luminació ja que no totes les escenes seran aprofitables amb la llum natural, per tant, es necessitarà un tècnic especialitzat per tal de corregir els errors possibles d'il·luminació a partir de focus i plafons que aconseguixin equilibrar el balanç de blancs de les imatges i la proporció igualada de llum entre testimoni i escenari.

3.3 Postproducció

- 3.3.1 Calendari d'edició

Per organitzar les tasques d'edició, és necessari un calendari per organitzar el temps de selecció, millora i edició de les imatges del documental. El calendari d'edició es troba inclòs en l'apartat Annexos (Pàg. 53)

- 3.3.2 Banda sonora

La banda sonora del documental pretén apel·lar a la emoció i al sentimentalisme. A partir de música casi exclusivament instrumental, la intenció es incloure un toc per emocionar i intensificar el procés de la pràctica i la emoció que hi ha darrere d'aquests esports.

No es pretén buscar el sentimentalisme arrel d'una minusvàlua, per tant, en les declaracions intentarem no incloure música quan s'abordi aquesta temàtica.

- 3.3.3 Programes d'edició

- Adobe After effects

El programa d'edició Adobe After Effects és una eina essencial pel tractament de les imatges en sí. Les opcions de correcció de color, la opció de crear transicions úniques i la producció dels elements gràfics del documental es troben dins d'aquest potent editor de vídeo. L'utilitzarem per tal de construir el discurs dels crèdits (ja siguin animats o no) i per la correcció de color de les imatges amb les que treballarem.

Gràcies a les opcions que ofereix el programa, tals com dividir la zona de treball en capes i màscares, podrem solucionar problemes que hàgim tingut a l'hora d'enregistrar com ara descompensacions de llum en les imatges o la falta d'intensitat en el color, entre d'altres problemes.

- Final Cut

El Final Cut es un programa d'edició el qual utilitzarem per retallar i seleccionar les millors imatges. Separarem la tria i selecció de les imatges vàlides amb una petita edició de cadascuna per tal d'agilitzar la feina i no fer-ho tot des d'un mateix programa. Un cop tinguem les imatges seleccionades a partir de Final Cut, passaran al bloc final d'edició que estarà preparat al programa Adobe Premier Pro.

- Quick Time 7

Es un simple reproductor de vídeo però que compta amb diferents opcions tals com la d'ajuntar imatges en una seqüència i convertir-la en un vídeo de manera fàcil i ràpida. La utilitzarem per la creació dels timelapses que ens serviran com a recurs o com a imatges de pas entre una història o l'altra.

- Adobe Premier Pro

El programa clau del documental. A partir de l'Adobe Premier Pro construirem tota la peça audiovisual i farem la edició final. Es un programa molt intuïtiu que ofereix un gran nombre de possibilitats a la hora d'editar. Tot el cos resultant del documental passarà en última instància per aquest programa d'edició ja que incorporarà tot el vos del documental.

- Audacity

L'Audacity es un editor exclusivament d'àudio. Permet potenciar i editar els clips d'àudio que hagin estat malmesos o que tinguin més d'un canal en un sol clip (eliminar sorolls de fons per potenciar la veu d'un entrevistat, per exemple)

L'utilitzarem per seleccionar els talls de veu i ajuntar-los amb les imatges del documental (ja que intercalarem imatges recurs amb les pròpies imatges de l'entrevistat).

- 3.3.4 Portada del documental/Grafisme

Per tal d'afavorir una bona difusió, majoritàriament a internet, contractarem un servei especial per tal de dissenyar la portada del documental. A partir d'un dissenyador gràfic, es pretén buscar una portada senzilla, clara, agradable i impactant per captar més audiència.

4. PRODUCCIÓ DEL TEASER

4.1 Justificació del fragment escollit

- 4.1.1 Durada

La durada del teaser pretén descriure en 2 minuts la situació d'un dels testimonis del documental. Amb aquesta durada, es pretenen comprimir les idees principals d'aquesta producció audiovisual. S'agafaran els talls de veu més substancials d'un dels testimonis on s'expressi l'esperit de superació de l'entrevistat, les adaptacions que té el seu esport, la descripció de la lesió i les limitacions que comporta aquesta,

l'efecte de l'esport de risc en sí com a eina de motivació i inclús la relació que tenen aquests esports amb la natura. Tot això reduït en un teaser de 2 minuts de durada que mostrarà la bellesa d'aquests esports, el seu efecte terapèutic i la superació de les barreres que inclouen les discapacitats relacionades amb la paraplegia o la manca de mobilitat de cintura cap avall.

- 4.1.2 Modalitat

La modalitat escollida es la del parapent ja que és de les que més risc implica a la hora de practicar l'esport. També s'ha triat aquesta modalitat per l'impacte que té davant un suposat espectador ja que la pràctica d'aquest esport té un nivell de risc molt elevat i representa la barrera més difícil de superar dins d'aquests tipus esports. A part, la força psicològica i la tècnica necessàries per dur a terme la pràctica del parapent, accentuen encara més les suposades barreres que ha de superar un practicant adaptat d'aquesta modalitat esportiva.

- 4.1.3 Localitzacions

Les localitzacions per dur a terme l'enregistrament del teaser es troben repartides per la zona d'Organyà, a la comarca de l'Alt Urgell. La zona, a part de tenir dues àrees de vol (Pla del Vinyet o Muntanya Màgica i Prat) , és un espai idoni per mostrar la bellesa i la potència d'aquest esport. A part, és una de les zones més pràctiques per dur a terme la pràctica del parapent per les seves condicions més regulars i controlades que ofereixen una fàcil ascensió de les veles degut a les potents tèrmiques que s'hi produeixen i per la qualitat de les vistes i imatges recurs que s'hi poden obtenir a l'hora de definir els aspectes més fotogràfics del documental.

- 4.1.4 Tècniques d'enregistrament

Les tècniques d'enregistrament que utilitzarem per enregistrar el teaser són les següents. Primer de tot, enregistrarem amb l'ús d'un trípode, micròfon i dues càmeres en el moment de les entrevistes amb el testimoni al camp d'aterratge i els voltants. En segon lloc, necessitem enregistrar la pràctica de l'esportista adaptat

(en aquest cas, el Kiko) des de l'aire a partir de dos punts. Primer necessitarem una càmera que enregistri des de la zona d'enlairament per poder documentar l'inici del vol. També necessitarem un altre punt de terra a la zona d'aterratge per tal de documentar l'arribada a terra de l'esportista. A part, el propi esportista comptarà amb dues càmeres especials Go Pro per enregistrar la pràctica de l'esport des d'un punt de vista més personal.

Quan ens dediquem a aprofundir més en la part del parapentista adaptat (la part completa), necessitarem dos punts aeris d'enregistrament a partir de l'ús de dos vols biplaça (un pilot + una càmera enregistrent). Una de les càmeres utilitzarà un angle més ampli de càmera (a partir d'un objectiu gran angular) i la altre càmera utilitzarà uns objectius més de detall (un teleobjectiu i un 50mm fixe 1.4) per tal d'obtenir imatges més concretes del procés.

5. COMERCIALITZACIÓ I PLA FINANCER

5.1 Comercialització

- 5.1.1 Cadenes/Programes de Televisió

- TV3 / Esport 3

La cadena de televisió Esport 3 juntament amb TV3 han tingut sempre un fort compromís amb l'esport en general. La cadena Esport3, però, ofereix un gran volum de continguts relacionats amb els esports de muntanya i per tant considerem que pot ser un bon canal de difusió.

TV3 també la considerem un bon canal de difusió ja que, a partir de programes com 30 minuts, denuncien realitats ocultes. L'adaptació a una minusvàlua i l'efecte psicològic de l'esport juntament amb històries de motivació, generen un bon relat digne de ser presentat en aquest programa.

- Tele Deporte

Televisió Espanyola potencia l'esport a partir del seu canal Teledeporte. Tot i que la seva programació inclou els esports de risc i de muntanya amb un paper més

secundari, la peça documental pot interessar al públic ja que conté esports com el piragüisme o l'esquí (Esports Olímpics).

- La 2

Com a història motivadora i de superació, creiem que La 2 pot considerar el documental d'interès ja que presenta temàtiques desconegudes i sensibles. No tant per l'enfoc esportiu sinó per l'enfoc de superar els límits del cos humà amb una situació física de discapacitat.

5.1.2 Internet

Després de la seva estrena, presentació en festivals i difusió per les cadenes de televisió potencials, el documental s'estrenarà a la plataforma Vimeo. Dins el compte de la productora audiovisual Artica Films. A partir d'allà, els usuaris podran incrustar el documental en les seves pàgines webs i difondre aquesta realitat a un públic molt ampli. Dins la descripció, apareixeran també les associacions col·laboradores i les seves pàgines web per difondre també la seva tasca i recaptar finançament per la causa.

5.1.3 Festivals

Presentarem el documental a festivals per tal de fer difusió i donar visibilitat als testimonis protagonistes i la seva història i per recol·lectar més finançament per cobrir costs de producció.

- Docs Barcelona

El Docs Barcelona és un festival que pretén visibilitat la producció independent de documentals a la ciutat de Barcelona però amb connexió internacional. Les temàtiques documentals que s'hi poden presentar no tenen cap limitació mentre siguin històries amb força, qualitat i impacte. Es un bon esdeveniment per tal d'aprofitar i presentar el futur documental.

Aquest festival de documentals independents té una repercussió molt notable pel que fa al panorama internacional i per tant es una bona oportunitat per donar a conèixer aquestes tres històries que s'explicaran al documental "Sense límits". Les dates del

festival se situen a finals de Maig. Dins del festival Docs Barcelona, hi ha un apartat dedicat a estudiants en el qual podríem presentar la peça documental.

<http://www.docsbarcelona.com/es/>

- Documenta Madrid

Documenta Madrid és un festival internacional de cinema documental impulsat des de l'Ajuntament de Madrid i CINETECA. El certamen ofereix una àmplia selecció de les millors peces documentals produïts arreu del món i no estrenats en territori espanyol. Tot i ser un festival internacional, també inclourà un apartat on es donarà la oportunitat de presentar peces documentals d'origen espanyol.

Un festival per donar a conèixer realitats desconegudes a partir de tot tipus de temàtiques (des de tecnologia, ciència i societat, fins a aspectes mediambientals i culturals) per mostra el panorama de les diferents cultures, ideologies i maneres de viure que hi ha.

<http://www.documentamadrid.com/es/presentacion/>

- Punto de Vista. Festival internacional de cine Documental de Navarra

El festival Internacional de Cine Documental de Navarra és una aposta per tal de potenciar el diàleg i la difusió de totes aquelles realitats inexistents. Pretén donar visibilitat a tots aquells creadors audiovisuals que fan apostes documentals arriscades i de cerca. Tot amb un toc alternatiu i independent per tal de potenciar el canvi de paradigma amb els documentals i les peces més tradicionals, per buscar històries que no es busquen i fets que s'oculten. Es una bona oportunitat presentar el documental allà ja que es una temàtica complicada i interessant que no se'n parla i mereix un cert reconeixement, apart de les històries inspiradores que s'hi amaguen darrere. El festival es celebra a Pamplona a mitjans d'Abril.

<http://www.puntodevistafestival.com/index.asp>

- BCN Sports Film Festival

La aposta del festival documental BCN Sports Film Festival, pretén apropar al públic al món audiovisual de temàtica esportiva per tal de potenciar i incentivar la passió per l'esport. Té com a objectiu transmetre els valors de tot tipus d'esport a través de peces audiovisuals de caràcter independent. També pretén oferir un espai de diàleg a tot director de documental d'aquesta tipologia per tal de compartir opinions i nous projectes. Les temàtiques presentables són àmplies i la duració del documental pot ser il·limitada. L'únic requisit és que mostrin el valor de l'esport davant la vida i les passions que aquest aixeca. Les peces presentades s'emmagatzemaran al fons documental de la Fundació Barcelona Olímpica i seran difoses de manera pública en el Museu Olímpic amb finalitats pedagògiques.

<http://www.bcnsportsfilm.org/es>

Festival de cinema de Muntanya de Torrelló

El Festival Internacional de Cinema de Muntanya de Torrelló és un dels més importants en el gènere documental i cinematogràfic que exhibeix i posa en competició els millors films relacionats amb activitats de muntanya i natura. Com que amb aquest documental volem també donar un valor a la bellesa i el poder dels esports practicats a la natura, és un festival idoni per presentar la nostra peça documental.

<http://www.torellomountainfilm.cat/index.php>

5.2 Pla Financer

5.2.1 Finançament

- Sponsors

Niviuk (Empresa catalana de veles de parapent)

Aquesta empresa catalana representa al món del parapent a nivell internacional. El col·lectiu de minusvàlids interessats en la pràctica d'aquest esport és més ampli del que sembla i a aquesta empresa li podria interessar introduir la seva publicitat en el documental per tal de mostrar més la seva marca. Al ser una empresa important dins del panorama del parapent, pot ajudar-nos amb un bon finançament.

RedBull (Beguda energètica)

Redbull és una empresa que ha fomentat la pràctica d'aquesta tipologia d'esports des de sempre. Amb l'aparició de publicitat indirecte de Redbull al documental, es pot guanyar un bon finançament per part d'aquesta empresa multinacional.

Parapent Organyà

Escola de Parapent situada a Organyà. Com que registrarem les imatges a Organyà i es mostrarà també la bellesa del parapent, aquesta escola pot estar interessada en introduir publicitat en la peça documental per vendre els seus cursos i captar clients. El seu finançament es inferior però ens pot facilitar una part del d'aquest.

Volar en Parapente (Escuela de vuelo)

L'altra escola de Parapent situada a Organyà. Aquesta també pot estar interessada en incloure publicitat dins el documental per oferir els cursos al públic. La ajuda, tot i ser més reduïda que les multinacionals, ens pot facilitar una part del finançament.

Generalitat de Catalunya

Com que la majoria d'escenaris apareixeran localitzacions catalanes, a la Generalitat de Catalunya li pot interessar l'aspecte publicitari del documental pel que fa al turisme i a la incentivació de l'esport de muntanya.

Fundación También

La Fundació También és una organització que aposta per la integració social de les persones amb discapacitat física al món de l'esport. Formada per Teresa Silva, una parapentista espanyola, s'han aconseguit grans avenços en el món de l'esport adaptat des de l'any 2000. Podria ser un sponsor potencial ja que, a part de ser una via que ens pot oferir encara més patrocinadors, la línia del documental persegueix els mateixos ideals que els de la fundació.

FCDEF

La Federació Catalana d'Esports de persones amb discapacitat Física aposta per la integració del col·lectiu de minusvàlids. Creiem que es podrien estar interessats en formar part del finançament del documental ja que aquest aborda la temàtica que ells defensen.

- Cadenes de TV

Considerem que no necessitem cap finançament de cadenes de televisió degut al seu complicat raonament a l'hora de repartir els beneficis del documental. No ens interessa fer una co-producció ja que la cadena de televisió seleccionada obté

automàticament els drets d'emissió del documental. La intenció d'aquest documental és poder ser distribuït en diferents cadenes de televisió.

- Subvencions

ICEC: L'ICEC (Institut Català d'empreses culturals) ofereix subvencions a les productores audiovisuals catalanes inscrites en el registre Administratiu d'Empreses Cinematogràfiques i Audiovisuals. La seva condició principal és que la pròpia productora no pot tenir autofinançament i, com que el nostre documental estarà finançat per sponsors, mecenatge i subvencions, es compleixen els requisits necessaris.

ICAA: Ministeri de cultura espanyol. Donen un bon volum d'ajut a la subvenció de documentals però són molt estrictes amb les factures a l'hora de justificar els costos.

DOC TV: Donen com a màxim 24.000 euros de subvenció i ha d'estar enfocat per a televisió. Creiem que pot ser una bona font de finançament si ens ajustem als pressupostos acordats.

- Mecenatge (Crowdfunding)

Per tal de completar el finançament necessari per poder dur a terme la producció del documental, s'obrirà una campanya de mecenatge per tal de recol·lectar un mínim de 6.000 euros. La campanya es centrarà en captar l'atenció de les federacions de minusvàlids però també es mostrarà la intenció del documental a l'hora de fomentar aquesta classe d'esports. Des de tendes i associacions fins al públic individual en sí, tindran la oportunitat d'ajudar-nos a dur a terme aquesta oda a la superació personal, a l'esport i a la natura.

Els noms dels col·laboradors (mecenases) que hagin participat en el finançament del documental, apareixeran en els títols de crèdit final i rebran invitacions i còpies segons el volum de la seva aportació.

5.2.2 Pressupostos

A continuació es mostraran els diferents pressupostos necessaris per la producció del documental "Sense Límits". En aquest apartat s'inclou el pressupost material, el pressupost de l'equip tècnic i altres costos de producció.

- Pressupost material tècnic

Els pressupostos del material tècnic desglossen tot el material necessari per dur a terme la producció documental. Per tal de reduir costos de producció, la gran majoria de materials seran llogats a l'empresa Visual Pro.

2. MATERIAL I RECURSOS TÈCNICS				
Material fotogràfic + extres	Unitats	Ús i justificació del material	Nº Dies	Preu total
Canon EOS 5D Mark II	x2	Suport d'enregistrament bàsic. Necessitarem dues càmeres per tal d'enregistrar des de diversos angles un mateix pla. Apart les utilitzarem separatament per entrevistes i imatges recurs.	15	508 €
Objectiu gran Angular Canon EF 16-35mm F/2.8	x1	Gran angular per adaptar a la càmera. Com es un documental on la força del paisatge i dels gran espais serà molt destacable, necessitarem un bon gran angular.	15	254 €
Objectiu Canon EF 50 mm F/1.2	x1	Objectiu fixe. Al eliminar lents, la qualitat que ofereix aquest objectiu es suprema. L'utilitzarem per les entrevistes.	15	174 €
Objectiu Canon EF 70-200 mm F/2.8	x1	Teleobjectiu per les imatges més difícils de caçar; és ideal per si l'esportista s'allunya molt del quadre. També per les imatges recurs.	15	254 €
Go Pro Hero 4 Black Edition	x2	La càmera dels esportistes per excel·lència. Amb aquestes càmeres tindrem accés on les convencionals no poden accedir. Per imatges recurs.	15	630 €
Trípode Manfrotto MT055xPRO3	x2	Un bàsic. Trípode tot-terreny de fibra de carboni. És versàtil i fàcil de transportar cosa útil ja que en escenes haurem de carregar-ho tot a les nostres esquenes.	15	254 €

Targetes de memòria Transcend 32G	x4	Targetes de memòria per guardar l'enregistrament.	Comprat	116,1 €
Targetes de memòria Go Pro Micro SD	x3	Micro SD per guardar l'enregistrament de les Go Pro's.	Comprat	35,7 €
Il·luminació Led Panel 600 Bicolor	x2	Il·luminació LED per tal d'eliminar errors de llum en les entrevistes i en moments de poca llum	15	348 €
Intervalometre Neewer	x1	Per realitzar la tècnica del Timelapse (imatges recurs)	Comprat	11,98 €
Steadycam DSLR Fancier Hombro	x1	Per garantir la estabilitat d'imatge.	15	221 €
Funda aquàtica	x1	En alguns plans la càmera es pot mullar. Una funda ens estalvia problemes.	Comprat	31,16 €
Adaptadors per Go Pro	x8	Per poder adaptar les càmeres Go Pro en suports com un casc, un esquí o una piragua.	Comprat	17,95 €
Motxilla extra Gleader 30L	x2	Essencial per transportar material i tenir-lo classificat. Per transportar tot allò que no ve amb motxilla inclosa	Comprat	35,32 €
Suport Go Pro	x1	Suport pectoral per aconseguir un angle més pròxim d'enregistrament de l'acció.	Comprat	9,99 €
TOTAL	Materials de lloguer a Visual Pro		-	2901,2 €
Material d'edició + extres	Unitats	Ús i justificació del material	Nº Dies	Preu total
IMac 21,4 Polzades 4K*	x1	Per l'emmagatzematge, selecció, edició i muntatge del documental.	21	735 €
Macbook PRO 250G*	x2	Per selecció ràpida i visualització clips a l'instant, emmagatzematge i per programes d'edició de so i imatge estàtica (Photoshop).	21	1260 €
Disc Dur 1T Toshiba	x1	Per tenir més espai d'emmagatzematge	Comprat	51,70 €
Creative Suite (Subscripció 6 messos): Programes d'edició d'Adobe	x1	Eines bàsiques d'edició d'imatge, llum i vídeo. (49,99€ cada mes de subscripció).	3 mesos	299,94 €

*Lloguer a MacserviceBen

2. MATERIAL I RECURSOS TÈCNICS				
Altres recursos de producció	Unitats	Ús i justificació material	Nº Dies	Preu total
Micròfon de corbata	x1	Per enregistrar adequadament les entrevistes.	15	127 €
Micròfon de trípod amb paravent	x1	Per enregistrar el so ambient (sense paravent), segons plans de les veus i so ambient sense vent.	15	301 €
Reflector blanc de llum	x2	Per aconseguir la llum adequada a l'hora de fer entrevistes.	15	39 €
Auriculars	x2	Per connectar a diversos aparells (ràdios, gravadores, etc.)	Comprat	30 €
Ràdios de comunicació	x3	Per guiar la producció y garantir una bona coordinació entre treballadors.	15	86,85 €
Claqueta	x1	Per organitzar les escenes i els clips enregistrats.	Comprat	15 €
Bateries Canon extra	x6	Bateries per a les càmeres	Comprat	120 €
TOTAL				3020,49 €
Material, recursos tècnics necessaris i pressupost				
Altres	Unitats	Ús i justificació material	Nº Dies	Preu Total
Lloguer de furgoneta	x1	36 euros al dia. Per transportar a l'equip de treball i el material tècnic	8	312€
Lloguer d'un kayak + pilot	x2	Per enregistrar les escenes d'entrenament de la Sílvia Elvira	4	100 €
Lloguer d'un parapent + pilot	x1	Per enregistrar les escenes d'entrenament del Kiko	2	80 €
Lloguer bateria de gasolina	x1	Per connectar els equips de producció i les bateries	15	250 €
TOTAL				742 €

- Pressupost personal tècnic

En aquest apartat, dedicarem a fer un pressupost detallat dels salaris corresponents a l'equip personal en la producció documental. El personal de producció prové de la productora **Artica Films**.

3. PERSONAL TÈCNIC (Artica Films)				
Personal	Persones	Ús i justificació del material	Nº Dies	Preu total
Operaris de càmera	x2	Personal professional per manejar les càmeres de vídeo. S'aniran intercalant entre imatges recurs i les entrevistes als testimonis. (9 euros la hora x 8 hores al dia)	10	1.440 €
Operaris de so	x1	Es necessari trobar un bon operari de so ja que pràcticament tots els escenaris es troben a l'exterior en espais naturals exposats als elements. (9 euros la hora x 8 hores al dia)	14	1.008 €
Muntadors	x1	El muntador, prepara, selecciona, millora i edita les imatges. Amb l'ajut del director, també editarà la peça final (9 euros la hora x 8 hores al dia)	16	1.152 €
Director de fotografia	x1	El director de fotografia es dedica a seleccionar els millors escenaris per continuar en la línia del documental (10 euros la hora x 8 hores al dia). Estarà present en les reunions de direcció, la preparació de materials i en alguna supervisió del procés d'edició.	16	1.280 €
Productor	x1	El productor s'ocuparà de la logística (gestió dels hotels, dietes, lloguer, etc.) 9 euros la hora x 8 hores al dia.	18	1.296 €
Equip d'il·luminació	x1	L'equip d'il·luminació ajudarà a corregir els errors de llum natural que podem trobar a l'aire lliure. (9 euros la hora x 8 hores al dia)	14	504 €

Director Documental	x1	El director del controlará els processos de producció, s'encarregarà de fer el paper de periodista (entrevistador i recerca) i de la difusió.	18	2.000 €
Música	x1	Un especialista en música per definir la línia documental amb més precisió (7 euros la hora x 8 hores al dia)	8	336 €
Dissenyador gràfic	x1	Per dissenyar la portada + cairons (9 euros la hora x 8 hores al dia)	2	144 €
Pressupost final de personal tècnic				9.160 €

-Altres pressupostos

El càlcul dels pressupostos restants inclouen elements com la gasolina del transport, els hotels i les dietes dels treballadors.

Altres costs de producció	Tipus de pressupost	Explicació	Nº Dies	Preu Total
Gasolina *	Variable	50 euros per trajecte a cada localització (7 desplaçaments) + extres	14	200 €
Dietes*	Variable	12 euros al dia de dietes (per X nombre de treballadors amb els seus corresponents horaris)	----- -	700 €
Hotels	Variable	Hotels de 15 euros la nit (Pensions i hostals de muntanya). Aquí es parteix de la base que tot l'equip procedeix de la ciutat de Barcelona (6 persones)	4 dies	360 €
TOTAL				1.260 €

-Pressupost final

El pressupost final de la producció documental és de **16.978,7 EUROS**.

6. EQUIP TÈCNIC

L'equip tècnic per realitzar el documental prové de la productora audiovisual **Artica Films** (<https://articafilms.com>) i d'altres col·laboracions freelance.

6.1 Director

La direcció del documental estarà coordinada per l'Àlex Puig Ros. El director es el que guia el documental i qui té la última paraula en totes les decisions de producció i edició. La idea es seva i ha d'aconseguir portar-la a terme amb els recursos personals i materials que té.

6.2 Director de fotografia

El director de fotografia es dedicarà a buscar els millors escenaris per realitzar les entrevistes seguint la línia que relaciona esport i natura. També s'encarregarà de cercar els millors plans de recurs per potenciar l'estètica natural del documental.

6.3 Productor

El productor del documental s'encarregarà de la logística més enllà dels processos de producció. Des de els hotels on dormirà l'equip, les dietes, el lloguer dels materials, de la furgoneta i altres aspectes d'organització com el control de l'equip de producció seran la responsabilitat del productor.

6.4 Música

Per editar el teaser i la peça final documental necessitarem un expert que sàpiga trobar la banda sonora ideal per tal de potenciar un cert (sense excés) sentimentalisme a la obra final. Un expert amb una bona llista d'obres musicals, tant instrumentals com cantades, que pugi augmentar el valor emotiu del documental.

Per l'edició final, haurem d'aconseguir els permisos necessaris per comptar amb els drets de cada cançó.

6.5 Especialistes

Per la producció de l'enregistrament de les escenes on els testimonis practicaran el seu esport, es necessitarà la col·laboració de diferents especialistes per tal de captar amb detall les imatges dels esportistes practicants.

6.6 Càmeres

Per tal de aconseguir no perdre detall de la pràctica i l'enregistrament, caldrà l'ús de dos operaris de càmera. Un es centrarà més en captar imatges recurs de la pràctica i de les localitzacions i l'altre es centrarà en les entrevistes en profunditat.

6.7 So

Un dels errors més importants que es cometen a l'hora d'enregistrar un documental, és una manca d'un bon tècnic de so. És de suma importància comptar amb un bon tècnic i més si pràcticament totes les escenes són enregistrades a l'exterior.

6.8 Muntador

El muntador es dedicarà a seleccionar, millorar i editar les millors imatges del documental. Per tal d'agilitar la feina, el muntador anirà seleccionant les millors imatges, després de cada sessió de rodatge (sense desestimar les pitjors, per si de cas). La edició final del documental també la durà a terme el mateix muntador junt amb el director del documental.

6.9 Personal d'il·luminació

El personal d'il·luminació es dedicarà a corregir tot allò relacionat amb manca o excés de llum. Com que moltes escenes seran enregistrades a l'aire lliure i el director de fotografia es dedicarà a escollir els escenaris, el personal d'il·luminació i aquest, s'hauran de posar d'acord per trobar l'equilibri entre un bon escenari i la llum natural adequada.

7. TRACTAMENT SEQÜENCIAL

El tractament del documental es basa en l'enfoc de tres històries paral·leles amb elements en comú; la discapacitat en els esports de risc i de muntanya i el seu poder de motivació.

INTRODUCCIÓ:

La introducció del documental es centrarà en l'efecte terapèutic que tenen aquesta tipologia d'esports a l'hora d'afrontar una minusvàlua. Amb imatges de la preparació dels practicants junt amb imatges recurs de les localitzacions i declaracions dels esportistes, es mostrarà el poder que tenen els esports de risc.

Al acabar les declaracions, apareixerà el títol del documental just en el moment abans que acabi la música. Posteriorment apareixerà el nom del director.

Tot anirà acompanyat amb música reflexiva.

SALT I PRESENTACIÓ: Tall entre entrevistes amb un timelapse o imatges recurs per presentar la localització i la modalitat del següent testimoni.

Seqüència 1: TESTIMONI 1: Posteriorment, començarem amb el primer testimoni; La Sílvia Elvira.

Començarem parlant de la seva lesió, de com va enfocar la seva malaltia i del seu passat com a esportista. Posteriorment parlarem en profunditat sobre el seu procés d'adaptació i de com va continuar amb la pràctica del seu esport malgrat la seva discapacitat i continuarem mostrant les sensacions que transmet aquest esport. Per mostrar la preparació, enregistrarem el procés a partir d'una entrevista mentre prepara l'equip. Per acabar, es mostrarà la practica del seu esport tot combinada amb música.

Les entrevistes les farem al canal olímpic de Catalunya (Castelldefels) i a la Costa Brava. També necessitarem imatges recurs del seu passat com a esportista que anirem combinant a mesura que la entrevista vagi avançant.

SALT I PRESENTACIÓ: Tall entre entrevistes amb un timelapse o imatges recurs per presentar la localització i la modalitat del següent testimoni.

Seqüència 2: TESTIMONI 2: El segon testimoni serà el del parapentista paraplègic. El Kiko ens explicarà la seva lesió a partir d'entrevistes al camp d'aterratge i tot seguit continuarem amb la entrevista en profunditat. Continuarem parlant sobre el seu passat abans de l'accident, posteriorment ens centrarem en les sensacions i les motivacions que hi troba amb la pràctica d'aquest esport i ens explicarà com du a terme la preparació i la pràctica del seu esport. Tot això anirà acompanyat de les imatges recurs corresponents (des de la localització, passant per la preparació fins arribar a la pràctica del seu esport incloent-hi també, imatges o vídeos que ens pugui proporcionar d'abans de la seva lesió)

SALT I PRESENTACIÓ: Tall entre entrevistes amb un timelapse o imatges recurs per presentar la localització i la modalitat del següent testimoni.

Seqüència 3: TESTIMONI 3: En la tercera part del documental, presentarem el testimoni de l'Àlvaro Baiona. Primer es començarà amb una breu introducció a la seva minusvàlua amb una entrevista en profunditat mentre s'intercalen imatges del seu passat i seguirem amb les sensacions que transmet aquest esport. Tot intercalat amb imatges de la preparació i imatges recurs dels paisatges on es practica l'esport. Per acabar, introduïrem les imatges de l'esportista practicant el seu esport amb una reflexió final per part seva.

CONCLUSIÓ I CRÈDITS:

Les conclusions finals es centraran en imatges detallades dels esportistes sense ser entrevistats, en persona en una entrevista i preparant o ordenant el seu material per practicar l'esport. Amb les conclusions, els esportistes mostraran la seva part més motivadora. La part on es centraran en el potent efecte d'aquests esports i en l'actitud que s'ha de tenir davant una situació tan complicada com és una paraplegia. Es vol recalcar la importància dels valors que transmeten aquest tipus d'esports i més si es en una situació d'aquestes característiques. Es vol mostrar la motivació i els valors arrel

de practicar esports de risc en espais naturals i l'efecte positiu que tenen aquests en la salut mental a l'hora d'afrontar una paraplegia. El missatge final ha de ser potent i emotiu, per això també es complementarà amb música emotiva, que no trista, i encoratjadora.

Finalment es presentaran els crèdits dels diferents realitzadors, els agraïments i el finançament amb imatges recurs o amb un fos i una pantalla en negre.

El minutat complert del tractament es troba a l'apartat Annexos. (Pàg. 54 a 58)

9. CONCLUSIONS

A partir de la preparació d'un documental d'aquestes característiques determinades, es pot concloure que la importància està en els detalls. L'organització que implica preparar un documental va molt més enllà del que es mostra en la peça final. El treball i els actors implicats en una producció audiovisual d'aquestes característiques no es reflecteixen en el resultat. A partir d'aquest treball, he pogut entendre l'alt nivell d'elaboració que requereix un documental i la quantitat d'actors i equip necessari per tenir un documental amb una bona acceptació.

Des dels permisos necessaris, els elements tècnics, el personal i les condicions que necessiten per a treballar, el finançament necessari i la comercialització de la peça, la cerca i preparació del tractament amb els testimonis, la elaboració del guió tècnic, etc. La preparació acurada de tots aquests elements resulten plasmats de manera indirecta en la peça documental, però són els factors que determinen l'èxit o el fracàs a la hora de difondre el resultat.

Amb la elaboració d'aquest treball, he pogut entendre que els processos de preparació van molt més enllà de tenir una idea clara. La preparació d'un documental es podria dir que s'assimila a la preparació d'una empresa, i per tal que aquesta tingui èxit, no es pot deixar res a la improvisació. Malgrat això, hi ha factors que poden variar a la hora de dur a terme l'enregistrament, per tant és de suma importància controlar els pilars bàsics de la peça documental: Tenir uns bons testimonis, una temàtica interessant per a una audiència àmplia, un bon equip de producció i un bon pla financer sense costos excessius.

En definitiva, puc concloure que preparar un documental es basa en un procés de previsió d'uns elements que es duren a terme en un termini relativament llarg, on molts elements poden fallar i aquí és on es demostra la qualitat d'un bon pla de rodatge, un pla financer i una bona idea.

Les dificultats que s'han trobat a l'hora de la preparació d'aquest documental, han estat a l'hora de reduir els pressupostos finals. Hi han molts elements que són necessaris per elaborar una bona peça tot i que prescindibles. És complicat triar què s'elimina i què no ja que s'ha de trobar l'equilibri entre qualitat i un documental rendible que no provoqui pèrdues a la hora de recuperar la inversió inicial. Un altre aspecte complicat ha estat l'enregistrament del teaser, la climatologia d'aquest any 2016 ha estat nefasta per poder dur a terme la pràctica del parapent i més el parapent adaptat, que requereix unes condicions de calma.

Malgrat algunes dificultats, ha estat una experiència enriquidora i que suposa un pas més endavant per la especialització cap al món del documentalisme.

10. AGRAÏMENTS

M'agradaria donar les gràcies a totes les persones que m'han ajudat a recopilar informació i a resoldre dubtes al llarg de tot el treball juntament amb els col·laboradors dins l'enregistrament del teaser:

- Joan Vila (Tutor)
- Brigit (Imatges recurs del teaser)
- José Volarenparapente.com (Fonts)
- Kiko Bella (Testimoni)
- Albert Solé (Classes de Documental)
- Eugenia Basauli, Anna Colàs i Pere Tres

11. BIBLIOGRAFIA

- **Escuela de Cine Online** [<http://www.escueladecineonline.nucine.com>] *Equip humana de la producció documental i salaris*. (en línia)

- **Operación sin Libertad** [Preparació documental d'exemple: <http://repository.urosario.edu.co/bitstream/handle/10336/1777/1010169793.pdf?sequence=6&isAllowed=y>] - (en línia)

12. ANNEXOS

1. Calendaris
2. Timeline
3. Guió tècnic
4. Permisos del teaser

1. CALENDARIS

Març 2017						
Diu	Dill	Dim	Dmc	Dij	Div	Diss
		1	2 Reunió de direcció	3 Preparació elements necessaris per enregistrament	4 Grabació entrevistes amb Àlvaro Baiona. Pistes de Gran Valira + imatges recurs	5 Grabació Àlvaro Baiona practicant l'esquí adaptat + preparacions
6 Selecció de les imatges vàlides de la secció de l'Àlvaro Baiona	7	8	9	10	11 Reserva per tornar a enregistrar (Per si de cas)	12 Reserva per tornar a enregistrar (Per si de cas)
13 Preparació i edició del Teaser (Imatges de l'Àlvaro)	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23 Reunió de direcció	24 Preparació elements necessaris per enregistrament	25 Grabació entrevistes amb Sílvia Elvira. Canal Olímpic de Castelldefels + imatges recurs	26 Grabació Sílvia Elvira practicant Paracanoe + preparacions
27 Selecció imatges vàlides de la secció de la Sílvia Elvira	28	29	30	31	Notes: Els dies seleccionats amb blau son variables i per si de cas. (Males condicions de temps/ necessitat de més imatges)	

Abril 2017						
Diu	Dill	Dim	Dmc	Dij	Div	Diss
					1 Reservar per tornar a enregistrar (per si de cas) - Sílvia Elvira	2 Reservar per tornar a enregistrar (per si de cas) - Sílvia Elvira
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13 Reunió de direcció	14 Preparació elements necessaris per enregistrament	15 Enregistrament part del Kiko (Parapent a Organyà)	16 Enregistrament part del Kiko (Parapent a Organyà)
17 Selecció de les imatges vàlides de la secció del Kiko	18	19	20	21	22 Reservar per tornar a enregistrar (per si de cas) - Kiko	23 Reservar per tornar a enregistrar (per si de cas) - Kiko
24	25	26	27	28	29 Reservar per tornar a enregistrar (per si de cas) - Kiko	30 Reservar per tornar a enregistrar (per si de cas) - Kiko

* Les dates marcades amb blau són variables i per si de cas.

Maig 2017						
Diu	Dill	Dim	Dmc	Dij	Div	Diss
1 Inici tasques de selecció final	2 Tasques de selecció final	3	4 Inici tasques d'edició	5 Tasques d'edició	6 Tasques d'edició	7 Tasques d'edició
8 Reunió de direcció per visualitzar progrés	9 Tasques de selecció musical + edició	10 Tasques d'edició	11 Tasques d'edició	12 Tasques d'edició	13 Presentació resultat final davant de l'equip de direcció i producció	14 Tasques de millora i canvis possibles
15 Tasques de millora i canvis possibles	16 Presentació resultat final davant de l'equip de direcció i producció	17 Fi de les tasques d'edició	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27 Presentació del documental final	28
29	30	31	Notes: Els dies seleccionats en color blau representen dies variables (depenent de les causes)			

2. TIMELINE DEL DOCUMENTAL				
Escena	Localització	Explicació detallada	Durada	Durada total
Crèdits + Introducció	-	La introducció es centrarà en imatges molt detallades de la preparació de cada testimoni a l'hora de dur a terme la pràctica de l'esport. A tot això se li sumaran imatges recurs dels paisatges i localitzacions de cada lloc junt amb declaracions dels testimonis sobre l'efecte terapèutic que tenen aquests esports relacionats amb la seva minusvàlua.	3'	3'
		Es pretén destacar la importància d'aquest tipus d'esports a l'hora de trobar una motivació o una via de sortida davant d'una situació tan dura com és patir una minusvàlua.		
		Les imatges detallades de la pràctica junt amb les declaracions i imatges de les localitzacions, mostraran la bellesa d'aquests esports i l'efecte que tenen davant una situació tan complicada. També es podrà deduir la força de voluntat dels testimonis en afrontar la seva situació.		

		Al acabar les declaracions, apareixerà el títol del documental just en el moment abans de que acabi la música. Posteriorment apareixerà el nom del director. Tot anirà acompanyat d'una música sentimental amb un toc emotiu.		
Testimoni 1	Castelldefels	El primer pla presentarà a la Sílvia Elvira preparant el material necessari mentre la seva veu presenta el perfil i la seva discapacitat. Tot seguit apareixerà la Sílvia parlant davant de càmera sobre la seva situació abans de la seva malaltia tot intercalat amb imatges recurs del seu passat. Posteriorment, La Sílvia parlarà del seu esport, de com es practica i les sensacions que li transmet la pràctica del mateix. Amb això s'intercalaran imatges de la preparació i detalls de la pràctica i entrenament del seu esport. Tot això serà enregistrar en el Canal Olímpic de Catalunya.	6'	9'

		Per introduir les imatges d'ella practicant paracanoë per la Costa Brava, inclourem les motivacions i l'efecte terapèutic que tenen aquesta classe d'esports per a ella. Tot acompanyat amb una reflexió final que destaquï la capacitat de l'esser humà davant de situacions crítiques i complicades com és la de patir una minusvàlua.		
Tall	Grand Valira	Timelapse dels Pirineus des de Gran Valira	10"	9'10"
Testimoni 2	Grand Valira	Posteriorment, començarem amb el primer testimoni; L'Àlvaro Baiona. Primer es començarà amb una breu introducció a la seva minusvàlua amb una entrevista en profunditat mentre s'intercalen amb imatges del seu passat i seguirem amb les sensacions que transmet aquest esport. Tot intercalat amb imatges de la preparació i imatges recurs dels paisatges on es practica l'esport. Per acabar, introduïrem les imatges de l'esportista practicant el seu esport amb una reflexió final per part seva. Seguirem amb el següent entrevistat.	6'	15'10"

Tall	Organyà	Timelapse parapents volant a Organyà	10"	15'20"
Testimoni 3	Organyà	El tercer testimoni serà el del parapentista paraplègic. El Kiko ens explicarà la seva lesió a partir d'entrevistes al camp d'aterratge i tot seguit continuarem amb la entrevista en profunditat. Continuarem parlant sobre el seu passat abans de l'accident, posteriorment ens centrarem en les sensacions i les motivacions que hi troba amb la pràctica d'aquest esport i ens explicarà com duu a terme la preparació i la pràctica del seu esport. Tot això anirà acompanyat de les imatges recurs corresponents (des de la localització, passant per la preparació fins arribar a la pràctica del seu esport incloent-hi també, imatges o vídeos que ens pugi proporcionar d'abans de la seva lesió)	6'	21'20"

Conclusió general 3 testimonis	-	Les conclusions tancaran el documental amb imatges dels testimonis preparant la practica de l'esport, amb imatges personals i entrevistes amb un potent missatge de motivació. Un missatge que mostri que malgrat una minusvàlua, s'ha de trobar una vàlvula d'escapament per continuar i que no ha de ser un impediment per trobar el benestar amb una situació complicada.	3'	24'20"
		Amb les conclusions es mostrarà l'efecte terapèutic i que una discapacitat física no suposa un límit a la hora de portar una vida intensa. Així doncs la conclusió final justificarà el títol del documental junt amb un missatge que mostra la bellesa i el poder d'aquesta classe d'esports de risc.		
Crèdits	-	Fons negre amb crèdits de títol	1'	25'20"

3. GUIÓ TÈCNIC					
Nº Sec.	Plans	Descripció	Àudio	Temps	Temps total
Intro + crèdits inicials	Negre	Aparició dels sponsors i logotip de la productora	Comença una música emotiva	15"	3 minuts
	General	Pla general de les muntanyes de Grand Valira (diversos plans) + Organyà	Música emotiva + crèdits en pantalla	20"	
	Detall	Imatges detall de la practica de l'esquí juntament amb crèdits	Música emotiva + crèdits en pantalla i la veu de l'Àlvaro explicant les sensacions de l'esport	10"	
	Detall	Intercalació imatges curtes de detall de la pràctica de l'esquí, el parapent i el piragüisme	Música emotiva + veu del Kiko explicant la passió per la natura i l'esport	20"	
	General	Aigües de la Costa Brava	Música emotiva + crèdits	15"	
	Detall	Registre de la canoa passant amb els remes remant per la Costa Brava	Música emotiva + veu de la Sílvia explicant els valors de l'esport de natura	15"	
	Detall	Detalls del Kiko preparant la vela amb imatges detall del seu rostre	Declaracions del poder de l'esport extrem	10"	
	Detall	Àlvaro preparant l'equip	Silenci inicial + amor per	15"	

		(registre de mans i cara)	l'esport de muntanya		
	Detall	Sílvia preparant el Paracanoë	Silenci inicial + amor per l'esport de risc	15"	
	Primer pla	Primer pla d'alguna entrevista on es vegi el perfil complet d'una persona	Frase clau que defineixi els esports de risc en la natura en relació amb la minusvàlua	10"	
	Fos en negre	Aparició del títol del documental "Sense límits" + Fos en negre lentament	Sostingut de la música	15"	
Salt 1	General	Timelapse Canal Olímpic	So recurs	8"	
Seqüència 1 Sílvia Elvira	Detall	Barca i remes remant a l'aigua	Aigua i ambient	15"	6 minuts
	Detall	Pla alternatiu barca i remes remant	Aigua i ambient		
	General	Canal Olímpic amb gent practicant	Presentació Sílvia de fons (final del clip)	8"	
	Primer pla	Testimoni parlant amb	Explicació de la lesió	30"	

	Canal Olímpic de fons		
Detall	Detall de la lesió	Continuació explicació lesió	
General	Passat abans de la lesió amb imatges d'arxiu (fotografies) del seu passat com a esportista	Explicació del passat de la esportista	20"
Primer pla	Testimoni entrevistat	Inicis amb el Paracanoë i motivacions per adaptar-se a l'esport	2'20"
Detall	Preparació material	Explicació esport + Continuació amb motivacions	
Detall	Imatges detall entrenament (Paracanoë)	Continuació amb motivacions	
Detall	Imatges detall entrenament (Expressions de la cara i el cos)	Continuació amb motivacions	
General	Testimoni entrevistat amb pla general del Canal Olímpic de Catalunya	A continuació ens parlarà dels valors que aporten i la passió de l'esport en sí	2'45"
General	Apareix la Sílvia pujant al Paracanoë i inicia la marxa	Valors + música	
General	Marxa per la Costa Brava	Valors + música	
Detall	Detalls dels rem i l'aigua	Passions + música	

	Detall	Detalls del paisatge junt amb la Sílvia	Passions + música		
	General	Sílvia remant per la Costa Brava	Música		
	General	Testimoni entrevistat - Sílvia en el Canal Olímpic	Reflexió final + silenci Sílvia		
	Fos en negre	-----	-----		
Salt 2	General	Timelapse Organyà	So recurs	8"	6 minuts
Seqüència 2	General	Parapentistes volant a la muntanya d'Organyà	So ambient (o recurs)	30"	
	Detall	Parapentistes volant a la muntanya d'Organyà.	So ambient (o recurs)		
	General	Les muntanyes d'Organyà i la serra del Boumort.	Kiko Bella comença a parlar mentre fa la seva presentació		
	Primer pla	Testimoni entrevistat amb parapentistes practicant de fons	Kiko parla de la seva trajectòria i del seu accident (lesió)	30"	
	Detall	Detalls de la cadira de rodes i del conjunt del testimoni	Kiko parla del seu passat com a esquiador professional	20"	
	---	Imatge del Kiko esquiant	Kiko parla del seu passat com a esquiador professional		
	Detall	Detalls de la cadira de rodes i del conjunt del testimoni	Kiko parla del procés d'adaptació	20"	

Kiko Bella	Primer pla	Testimoni entrevistat amb parapentistes practicant de fons	Kiko parla del procés d'adaptació + explicació esport	
	Detall	Detalls del Kiko preparant i revisant l'equip tranquil·lament	Kiko ens parla de com va descobrir el parapent, que és i els seus valors	20"
		Continua preparant l'equip tranquil·lament	Ens explica les sensacions del parapent i l'efecte psicològic per la minusvàlua	
	General	Apareix el Kiko fent Campa, la pràctica del parapent al terra.	Explica la relació amb la natura i els valors de l'esport	20"
	Detall	Kiko fent Campa	Continuació amb la explicació dels valors i les motivacions de l'esport	20"
	Fos en negre		S'introdueix una música emotiva	5"
	General	Pla del Kiko enlairant-se	Música	2'30"
	General	Diversos plans del Kiko volant	Música	
	Detall	Detalls del vol	Música	
	General	Plans del vol	Música	
	Detall	Testimoni del Kiko detallat	Música + valors	
	General	Kiko aterrant	Música + valors	
	Primer pla	Testimoni del Kiko parlant	Música + Motivacions	20"

	Detall	Imatges Kiko sense entrevistar.	Reflexió final	20"	
	Primer pla	Testimoni entrevistat	Frase final de la reflexió	5"	
Salt 3	General	Timelapse Grand Valira	So recurs muntanya (vent)	8"	
Seqüència 3 Àlvaro Baiona	Pla detall	Monoski passant per la neu	So ambient	30"	6 minuts
	Pla detall	Pla alternatiu monoski	So ambient		
	Pla general	Monoski passant per la neu	So ambient		
	Pla general	Imatge de l'Àlvaro amb muntanyes de fons i la cadira	Uns segons després comença a presentar-se.	20"	
	Primer pla	Entrevista amb testimoni	Explicació de la lesió	20"	
	Primer pla	Entrevista + imatges recurs del seu passat	Explicació del passat	20"	
	Pla general	Alvaro per la neu (muntanyes de fons) + plans alternatius	Explicació del seu accident	40"	
	Pla detall	Plans de les cames, mans, cara,...	Explicació del seu accident i adaptació		

Fos	fos en negre	----	5"
Pla general	Preparació de l'equip per esquiar	Ens explica l'esquí adaptat i els valors que aporta	15"
Pla detall	Preparació de l'equip per esquiar	Ens explica els valors de l'esquí adaptat + esport	20"
Pla detall	Imatges de la preparació	Ens explica l'efecte psicològic que té el poder d'aquest esport	20"
Pla general	Companys l'ajuden a preparar-se	Ens explica la relació amb la natura	20"
Pla general	Companys l'ajuden a sortir a la pista	Comença una música	2'40"
Pla general	Inicia la esquiada	Música + so ambient	
Pla detall	Plans de la pràctica de l'esport	Música + so ambient	
Pla general	Plans de la pràctica de l'esport	Música + so ambient	
Pla general	Plans de la pràctica de l'esport	Música + motivacions i reflexions de l'esquiador	
Pla detall	Plans de la pràctica de l'esport	Música + motivacions de l'esquiador	
Pla general	Acabant d'esquiar + trobada amb amics	Música + motivacions de l'esquiador	
Primer pla	Testimoni entrevistat	Reflexió final (frase	10"

			final)		
Salt 4	Fos	Fos en negre	-----	5"	
Conclusions + Crèdits finals	Pla general	Vol en parapent per la tarda (imatges visuals en càmera lenta)	Música reflexiva + so ambient	10"	4 minuts
	Detall	Detalls del vol en parapent	Música reflexiva + so ambient	10"	
	Pla general	Piragüisme per la costa brava mostrant la bellesa de la natura (càmera lenta)	Música reflexiva + declaracions sobre l'efecte psicològic relacionat amb la minusvàlua	25"	
	Detall	Cara detallada de la Sílvia practicant el paracanoe (càmera lenta)	Música reflexiva + declaracions sobre l'efecte psicològic relacionat amb la minusvàlua	20"	
	General	Pla general de l'Àlvaro practicant Mono-ski amb imatges de muntanya de fons (càmera lenta)	Música reflexiva + declaracions sobre l'efecte psicològic relacionat amb la minusvàlua	25"	
	Detall	Detalls de l'Àlvaro practicant el Mono-ski (càmera lenta)	Música reflexiva + declaracions sobre les motivacions sobre la bellesa d'aquests esports.	20"	

	Detall	Detalls del cos i els moviments en càmera lenta de l'Àlvaro	Música reflexiva + declaracions sobre les motivacions sobre la bellesa d'aquests esports.	10"	
	Detall	Imatges del Kiko rient	Música reflexiva	5"	
	Detall	Imatges de la Sílvia parlant i rient	Música reflexiva	5"	
	Detall	Imatges de l'Àlvaro rient	Música reflexiva	5"	
	General	Un parapent s'allunya cap a un horitzó mentre es pon el sol	Declaració final del documental	15"	
	Fos	Molt ràpid	So recurs	5"	
	Crèdits	Primer direcció, després la resta de l'equip junt amb col·laboradors de la campanya de crowdfunding	Música reflexiva	1'25"	
FINAL : 25 minuts					

4. Permisos del teaser

DOCUMENT DE CESSIÓ DE DRETS D'IMATGE I D'EXPLOTACIÓ D'ENREGISTRAMENT DE VÍDEO I FOTOGRAFIA

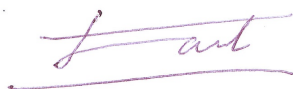
Jo, Jose Francisco Bella Bordetas

Amb Passaport Andorrà, 0039815

Faig constar:

- Que autoritzo a que la meua imatge pugui aparèixer en imatges i vídeos enregistrats per Àlex Puig Ros que tingui com a objectiu l'elaboració del seu Treball de Fi de Grau i, conseqüentment, reconec que l'esmentada difusió no suposa menyspreu al meu honor, prestigi, ni constitueix cap intromissió il·legítima de la meua intimitat d'acord amb allò que estableix la llei orgànica 1/1982, de 5 de maig, de protecció civil del dret a l'honor, a la intimitat personal i familiar i a la pròpia imatge.
- Que, en cas de tenir algun dret de propietat sobre els materials que puguin derivar-se d'aquests enregistraments, cedeixo a Àlex Puig Ros (53297722-Y) tots els drets d'explotació sobre els mateixos, amb caràcter de no exclusivitat, en totes les modalitats d'explotació, per tot el món i per tot el temps de la seva durada.
- Que conec que l'esmentat Treball de Fi de Grau és susceptible de fer-se'n comunicació pública a través del Dipòsit Digital de Documents de la UAB (DDD) per la qual cosa, signo aquest document de conformitat amb allò establert a la llei orgànica 15/1999, del 13 de desembre, de protecció de dades de caràcter personal reconeixent que he estat degudament informat per part de la UAB que puc exercir els meus drets d'accés, rectificació, cancel·lació o oposició respecte de les meves dades enviant un escrit, acompanyant una fotocòpia del DNI, dirigida a la Secretaria General, Edifici Rectorat, 08193 Bellaterra (Cerdanyola del Vallès).

I perquè així consti signo la present,



Bellaterra (Cerdanyola del Vallès), 29/05/2016

Edició: Novembre 2015