

Activitats d'Estiu 2024

Som d'Estiu!

Campus Gimnàstica Rítmica

Campus de Tecnificació

L'objectiu d'aquest campus és desenvolupar i perfeccionar les capacitats tècniques dels participants en cada disciplina esportiva, treballant individualment i col·lectiva, amb un volum d'entrenament diari elevat, continuat i progressiu; adaptant les sessions específiques a cada esportista i grup.

Plantejarem les activitats des d'un punt de vista lúdic on, a més de donar importància a la millora esportiva, treballarem els valors positius que representa l'esport.

Informacions importants:

- **Nivells:** de 1r de Primària a 4t de Secundària
- **Dates:** de l'1 de juliol al 19 de juliol
- **Horari:** Matí: 9h-14h
Matí+dinar: 9h-15h
Matí +tarda: 9h-17h
- **Servei d'acollida:** de 8h a 9h, inclòs en el preu
- **Responsables:** Edu Costa i Joan Valls
- **Direcció:** Ana Martínez
- **Lloc:** a la fundació Llor

Una setmana al Campus

Horaris	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
8 a 9h	Servei d'acollida				
9 a 9.30h	Preparació i explicació				
9.30 a 10.45h		Entrenament 1		SORTIDA	Entrenament 1
11 a 12.15h		Entrenament 2			Entrenament 2
12.30 a 13.30h		Piscina			Piscina
13.45 a 15h		DINAR			DINAR
15 a 16.30h		Activitat tranquil·la migdia			Activitat tranquil·la migdia
16.30 a 17h		Comiat			Comiat

Què heu de portar?

Una motxilla amb:

- Gorra pel sol
- Crema solar
- Un banyador
- Una tovallola
- Unes sabatilles de goma / xanquetes
- Calçat esportiu / vambes d'esport

Tota la roba i complements cal que estiguin marcats amb el nom i cognom del nen o nena.



Recordeu

- Entrada i sortida: es farà per la porta principal.
- Cada dia tornaran a casa el joc de tovallola i banyador per rentar i s'hauran de retornar a l'escola l'endemà.
- Cada matí, els nens i les nenes han de portar la crema solar posada des de casa. Al llarg del dia en posarem al Casal també.
- Per facilitar les rutines del matí, els nens i les nenes han de portar el banyador posat de casa i dur una muda de roba interior a la motxilla.
- A les excursions els nens i nenes hauran de portar la samarreta del Casal (que proporcionem nosaltres la 1a setmana) així com els materials d'higiene i protecció.
- El sistema de gestió d'al·lèrgies, règims i medicaments és el mateix que segueix l'escola durant el curs.
- Per comunicar-vos amb els responsables del Casal heu d'utilitzar el següent [FORMULARI DE COMUNICACIÓ](#).
- Podeu fer altes i baixes de setmanes del Casal a la pàgina web de l'escola fins al dijous de la setmana anterior. No acceptarem altes fetes en divendres.
- Podreu veure les fotografies i el resum de les activitats cada dia al [Canal Telegram Campus](#).

Seguiu-nos a



 Fundació
Cim d'Estela

Pg. Sant Gervasi, 83-83 · Barcelona
Tel.: 93 417 39 03 · www.cimdestela.cat

