

CASAL ESPORTIU D'ESTIU

1er torn- Del 25 de Juny al 4 de Juliol



2025

OBJECTIU DEL CASAL ESPORTIU D'ESTIU

**PASSAR-HO EL MILLOR POSSIBLE, JUGANT, FENT
ACTIVITATS ESPORTIVES, MÚSICA I ANGLÈS.**

**TIPUS D' ACTIVITATS / SESSIONS QUE REALITZARAN ELS/LES
ALUMNES DEL CASAL**

ACTIVITAT FÍSICA

(ESPORTS INDIVIDUALS & COL·LECTIUS, JOCS, PSICOMOTRICITAT)

ACTIVITAT AQUÀTICA LLIURE

ANGLÈS

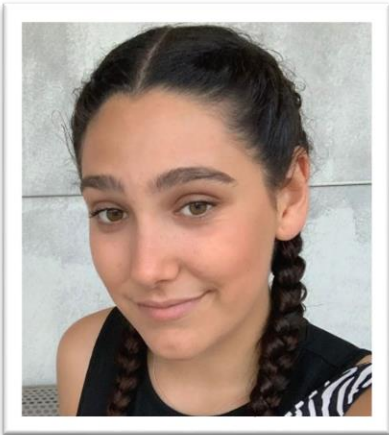
MÚSICA

CASAL JOVE: RENDIMENT D'ESPORTS COLECTIUS E INDIVIDUALS (bàsquet, handbol, futbol sala, hoquei, atletisme, gimnàstica, tennis i pàdel) + INICIACIÓ ACT. DIRIGIDES.
CASAL FIT JOVE: ACTIVITATS DIRIGIDES (TONIFICACIÓ, SPINNING, PILATES, AQUAGYM...).

GRUPS I TÈCNICS

GRUP 1

Monitora : Sofia Dominguez

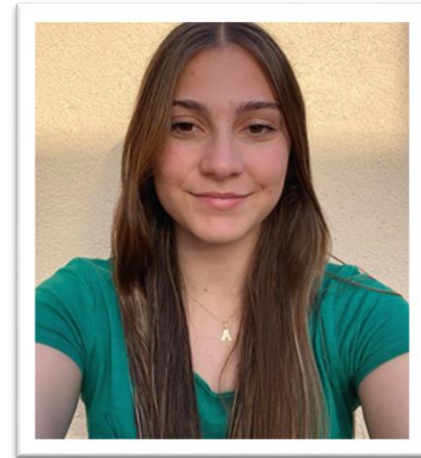


Col·laboradora : Iolanda Porqueras



GRUP 2

Monitor : Ariadna Estevez



Col·laboradora : Ainhoa Carreño



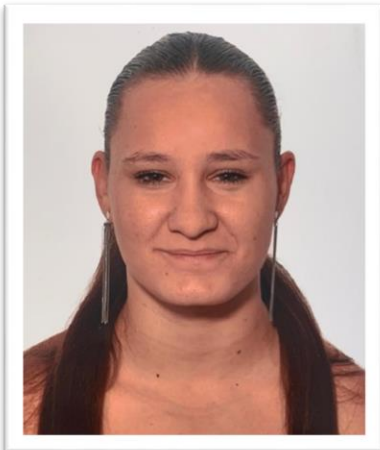
GRUPS I TÈCNICS

GRUP 3

Monitora : Laura Barcia



Col·laboradora : Esther Moraleda



GRUP 4

Monitora : Maria Fornieles



Col·laboradora : Hugo Garcia



GRUPS I TÈCNICS

GRUP 5

Monitor : Paula Rovira

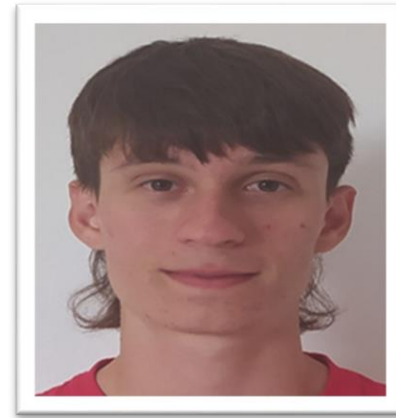


Col·laboradora : Marcos Llerena



GRUP 6

Monitora : Alvaro Gonzalez



Col·laborador : Meritxell Codina



GRUPS I TÈCNICS

GRUP 7

Monitora : Trini Hidalgo



Col·laboradora : Jan Puyol

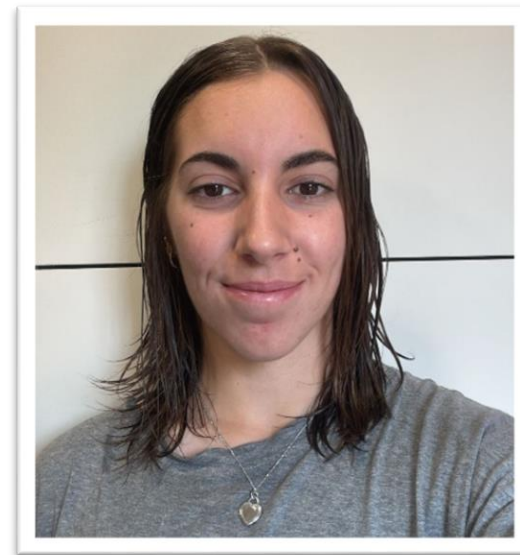
TÈCNICS

TECNICA D'ANGLES / TECNICS DE REFORÇ

Abril Hidalgo



Carla Gomez



EDATS GRUP : 4-6 anys
TÈCNICA : SOFÍA DOMÍNGUEZ
MONITORA: IOLANDA PORQUERAS

GRUP 1

1r TORN CASAL ESPORTIU 2025



Del 23 al 27 de juny					
	Dilluns 23 de juny	Dimarts 24 de juny	Dimecres 25 de juny	Dijous 26 de juny	Divendres 27 de juny
9:00-10:15		FESTIU	Presentació	Activitat Física	Activitat Física
10:15-10:45			ESMORZAR	ESMORZAR	ESMORZAR
10:45-12:00			Activitat Física	A.F. en ANGLÈS	Activitat Física
12:00-13:00			Activitat Física	Activitat Física	Curset natació

Del 30 juny al 4 de juliol					
	Dilluns 30 juny	Dimarts 1 de juliol	Dimecres 2 de juliol	Dijous 3 de juliol	Divendres 4 de juliol
9:00-10:15	Activitat Física	SORTIDA A LA PLATJA DE CASTELLDEFELS	Activitat Física	Can Salvi	Activitat Física
10:15-10:45	ESMORZAR		ESMORZAR		ESMORZAR
10:45-12:00	Activitat Física		Activitat Física	Activitat Física	Activitat Física
12:00-13:00	A.F. en ANGLÈS		Curset natació	AF en ANGLÈS	Curset natació

EDATS GRUP : 6-7 anys
TÈCNICA : ARIADNA ESTÉVEZ
MONITORA: AINHOA CARREÑO

GRUP 2

1r TORN CASAL

ESPORTIU 2025



Del 23 al 27 de juny					
	Dilluns 23 de juny	Dimarts 24 de juny	Dimecres 25 de juny	Dijous 26 de juny	Divendres 27 de juny
9:00-10:15		FESTIU	Presentació	Activitat Física	Activitat Física
10:15-10:45			ESMORZAR	ESMORZAR	ESMORZAR
10:45-12:00			Activitat Física	Activitat Física	A.F. en ANGLÈS
12:00-13:00			Activitat Física	Curset natació	Activitat Física

Del 30 juny al 4 de juliol					
	Dilluns 30 juny	Dimarts 1 de juliol	Dimecres 2 de juliol	Dijous 3 de juliol	Divendres 4 de juliol
9:00-10:15	MÚSICA	SORTIDA A LA PLATJA DE CASTELLDEFELS	AF en ANGLÈS	AF en ANGLÈS	Can Salvi
10:15-10:45			ESMORZAR	ESMORZAR	
10:45-12:00	ESMORZAR		Activitat Física	Activitat Física	ESMORZAR
12:00-13:00	Curset natació		Activitat Física	Activitat Física	Activitat Física

EDATS GRUP : 7-8 anys
TÈCNICA : LAURA BARCIA
MONITORA: ESTHER MORALEDA

GRUP 3

1r TORN CASAL

ESPORTIU 2025



Del 23 al 27 de juny					
	Dilluns 23 de juny	Dimarts 24 de juny	Dimecres 25 de juny	Dijous 26 de juny	Divendres 27 de juny
9:00-10:15		FESTIU	Presentació	A.F. en ANGLÈS	Activitat Física
10:15-10:45			ESMORZAR	ESMORZAR	ESMORZAR
10:45-12:00			Activitat Física	Activitat Física	Activitat Física
12:00-13:00			Curset natació	Activitat Física	Activitat Física

Del 30 juny al 4 de juliol				
Dilluns 30 juny	Dimarts 1 de juliol	Dimecres 2 de juliol	Dijous 3 de juliol	Divendres 4 de juliol
AF en ANGLÈS	SORTIDA A LA PLATJA DE CASTELLDEFELS	Can Salvi	Activitat Física	Activitat Física
ESMORZAR			ESMORZAR	ESMORZAR
MÚSICA		Activitat Física	Activitat Física	A.F. en ANGLÈS
		Activitat Física	Activitat Física	Curset natació

EDATS GRUP : 8 anys
TÈCNICA : MARÍA FORNIELES
MONITORA: HUGO GARCÍA

GRUP 4

1r TORN CASAL

ESPORTIU 2025



Del 23 al 27 de juny					
	Dilluns 23 de juny	Dimarts 24 de juny	Dimecres 25 de juny	Dijous 26 de juny	Divendres 27 de juny
9:00-10:15		FESTIU	Presentació	Activitat Física	Activitat Física
10:15-10:45			ESMORZAR	ESMORZAR	ESMORZAR
10:45-12:00			A.F. en ANGLÈS	Activitat Física	Curset natació
12:00-13:00			Activitat Física	Activitat Física	Activitat Física

Del 30 juny al 4 de juliol					
	Dilluns 30 juny	Dimarts 1 de juliol	Dimecres 2 de juliol	Dijous 3 de juliol	Divendres 4 de juliol
9:00-10:15	Activitat Física	Can Salvi	MÚSICA	Activitat Física	SORTIDA A LA PLATJA DE CASTELLDEFELS
10:15-10:45	ESMORZAR			ESMORZAR	
10:45-12:00	A.F. en ANGLÈS	Activitat Física	ESMORZAR	A.F. en ANGLÈS	
12:00-13:00	Activitat Física	Activitat Física	Curset natació	Curset natació	

EDATS GRUP : 9 anys
TÈCNICA : PAULA ROVIRA
MONITOR : MARCOS LLERENA

GRUP 5

1r TORN CASAL

ESPORTIU 2025



Del 23 al 27 de juny					
	Dilluns 23 de juny	Dimarts 24 de juny	Dimecres 25 de juny	Dijous 26 de juny	Divendres 27 de juny
9:00-10:15		FESTIU	Presentació	Activitat Física	A.F. en ANGLÈS
10:15-10:45			ESMORZAR	ESMORZAR	ESMORZAR
10:45-12:00			Activitat Física	Activitat Física	Activitat Física
12:00-13:00			Activitat Física	Curset natació	Activitat Física

Del 30 juny al 4 de juliol					
	Dilluns 30 juny	Dimarts 1 de juliol	Dimecres 2 de juliol	Dijous 3 de juliol	Divendres 4 de juliol
9:00-10:15	Activitat Física	MÚSICA	Activitat Física	CAN SALVI	SORTIDA A LA PLATJA DE CASTELLDEFELS
10:15-10:45	ESMORZAR		ESMORZAR		
10:45-12:00	Activitat Física	A.F. en ANGLÈS	A.F. en ANGLÈS	Activitat Física	
12:00-13:00	Curset natació	Activitat Física	Activitat Física	Activitat Física	

EDATS GRUP : 9 - 11 anys
TÈCNIC : ÁLVARO GONZÁLEZ
MONITORA : MERITXELL CODINA

GRUP 6

1r TORN CASAL

ESPORTIU 2025



Del 23 al 27 de juny					
	Dilluns 23 de juny	Dimarts 24 de juny	Dimecres 25 de juny	Dijous 26 de juny	Divendres 27 de juny
9:00-10:15		FESTIU	Presentació	CAN SALVI	Activitat Física
10:15-10:45			ESMORZAR		ESMORZAR
10:45-12:00			Activitat Física	Activitat Física	Activitat Física
12:00-13:00			Curset natació	A.F. en ANGLÈS	Activitat Física

Del 30 juny al 4 de juliol					
	Dilluns 30 juny	Dimarts 1 de juliol	Dimecres 2 de juliol	Dijous 3 de juliol	Divendres 4 de juliol
9:00-10:15	CAN SALVI	A.F. en ANGLÈS	Activitat Física	Activitat Física	SORTIDA A LA PLATJA DE CASTELLDEFELS
10:15-10:45		ESMORZAR	ESMORZAR	ESMORZAR	
10:45-12:00	Activitat Física	MÚSICA	Activitat Física	Curset natació	
12:00-13:00	Activitat Física		A.F. en ANGLÈS	Activitat Física	

EDATS GRUP : 11-12 anys
TÈCNICA : TRINI HIDALGO
MONITOR : JAN PUYOL

GRUP 7

1r TORN CASAL

ESPORTIU 2025



Del 23 al 27 de juny					
	Dilluns 23 de juny	Dimarts 24 de juny	Dimecres 25 de juny	Dijous 26 de juny	Divendres 27 de juny
9:00-10:15		FESTIU	Presentació	Activitat Física	CAN SALVI
10:15-10:45			ESMORZAR	ESMORZAR	
10:45-12:00			Activitat Física	Curset natació	Activitat Física
12:00-13:00			A.F. en ANGLÈS	Activitat Física	A.F. en ANGLÈS

Del 30 juny al 4 de juliol				
Dilluns 30 juny	Dimarts 1 de juliol	Dimecres 2 de juliol	Dijous 3 de juliol	Divendres 4 de juliol
Curset natació	CAN SALVI	Activitat Física	SORTIDA A LA PLATJA DE CASTELLDEFELS	A.F. en ANGLÈS
ESMORZAR		ESMORZAR		ESMORZAR
Activitat Física	Activitat Física	MÚSICA		Activitat Física
Activitat Física	A.F. en ANGLÈS			Activitat Física

EXCURSIONS / SORTIDES

Els grups 1, 2 i 3 aniran:

- Dimarts 1 de juliol a la platja de Castelldefels.
L'horari d'aquesta sortida serà de 9:00 h a 12:30 h.

Els grups 4, 5 i 6 aniran:

- Dimecres 2 de juliol a la platja de Castelldefels.
L'horari d'aquesta sortida serà de 9:00 h a 13:00 h.

Els grups 7, Jove i Fit Jove aniran:

- Dijous 3 de juliol a la platja de Castelldefels
L'horari d'aquesta sortida serà de 9:00h a 13:00h.

QUADRANT DE DISTRIBUCIÓ DE LES ACTIVITATS - TARDA



DISTRIBUCIÓ GRUPS 1er TORN - TARDA
DEL 25 DE JUNY AL 4 DE JULIOL DE 2025

	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
13:00	Dinar	Dinar	Dinar	Dinar	Dinar
14:30	Act. Relax	Act. Relax	Act. Relax	Act. Relax	Act. Relax
15:00	Sortida	Sortida	Sortida	Sortida	Sortida

TÈCNICS GRUPS TARDA

GRUP 11

Monitora: Ariadna Estevez



Col·laboradora: Sofia Dominguez



GRUP 22

Monitora: Laura Barcia



Col·laborador: Alba Cosgaya



TÈCNICS GRUPS TARDA

GRUP 33

Monitora: Maria Fornieles

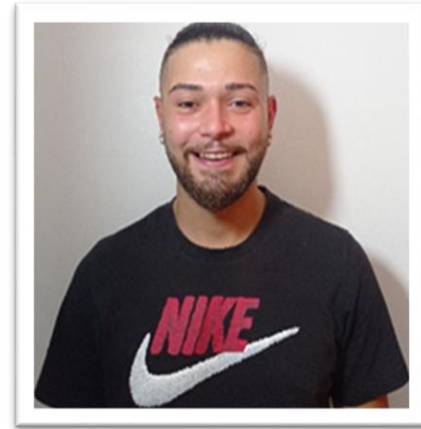


Col·laboradora : Alvaro Gonzalez



GRUP 44

Monitor : David Soriano



Col·laboradora : Paula Rovira



TÈCNICS GRUPS TARDA

GRUP 55

Monitora : Trini Hidalgo



Col·laborador: Meritxell Codina



TÈCNICS GRUPS TARDÀ

TECNICS DE REFORÇ

Monitor : Jan Puyol

PER REALITZAR LES ACTIVITATS DIÀRIES CAL PORTAR:

Indumentària : roba esportiva, sabatilles esportives tancades i mitjons.

- Pel **curset de natació i/o l'activitat aquàtica** (si van a Can Salvi), cal que portin casquet de bany (curset), banyador, tovallola, xancletes, i crema solar protectora.
- És recomanable que portin sempre **una gorra**.

•**Esmorzar** : recomanem entrepà petit i/o peces de fruita. Intenteu no portar sucs, batuts o llet.

•**Aigua** : Molt important !!! Portar com a mínim dues ampolles de 33 o 50 cl. , una cantimplora d'1 litre, o una ampolla de 1,5 l. . És recomanable que vingui freda de casa.

NO CAL PORTAR:

- Per evitar problemes amb la dinàmica de grup, i possibles robatoris demanem que els/les participants no portin diners ni aparells electrònics.
- Està prohibit l'ús del telèfon mòbil durant l'activitat.

DINÀMICA DE FUNCIONAMENT

Servei d'acollida matí : de 8:00 a 9:00 h. L'entrega i recollida dels alumnes que utilitzin aquest servei es farà a la recepció del Complex l'Onze.

Accés a les instal·lacions :

L'entrada i sortida pel matí dels alumnes es farà per la porta d'accés a les oficines de la Regidoria d'esports (antiga porta d'entrada a les instal·lacions que es troba al final del parc). Les fileres dels diferents grups es faran a l'exterior de la instal·lació. Allà, el primer dia hi hauran penjats els llistats de cada grup perquè podeu saber on s'ha de posar cadascú. Els tècnics de cada grup sortiran a buscar als alumnes 5 minuts abans de les 9:00 h.

La Sortida dels infants que es queden al menjador es farà a les 15:00h:

- Grups 11, 22, 33 per la mateixa porta d'accés.*
- Grups 44 i 55 per la porta de fusta que fa cantonada al parc.*

Sortida d'acollida tarda: *Es farà per la mateixa porta d'accés a les 16:00h.*

DINÀMICA DE FUNCIONAMENT

El taller de música es fa a l'escola de musica i dansa municipal de Sant Andreu amb tècnics i professores especialistes.

L'Anglès es fa integrat dintre de l'activitat física realitzant 2 sessions a la setmana.

A Can Salvi, un cop a la setmana es realitzarà una activitat aquàtica lliure de 9:30 a 11:00h. S'esmorzarà allí, i després es continuarà l'activitat al Complex L'11.

El curset de natació es fa a la piscina del Complex Esportiu L'11 : s'ha de portar casquet de bany .

Les fotografies dels nens i nenes que estan autoritzats se'ls passarà un enllaç al mail de la inscripció perquè hi puguin accedir-hi a veure-les.

DINÀMICA DE FUNCIONAMENT

Sortides / excursions :

El dia abans de les sortides/excursions, rebreu una notificació amb l'hora de sortida i arribada, i tot el que s'ha de portar. En el cas d' estar fora matí i tarda, s'haurà de portar el menjar (els alumnes que es queden al menjador se'ls facilitarà una bossa amb pícnic).

En cas de no poder assistir-hi, us demanem que ens ho comuniqueu.

Si algun alumne no ve el dia abans, el monitor es posarà en contacte amb vosaltres per informar-vos detalladament.

Intenteu ser molt puntuals, ja que no esperarem a ningú després de l'hora de sortida programada.

Si algun alumne arriba tard a la sortida de l'autobús, es quedarà amb un grup d'edat semblant i passarà a realitzar les activitats d'aquest grup. En qualsevol cas, aquesta sortida no es recuperarà. Mireu bé si us plau el full de la sortida, per comprovar l'hora de sortida, que pot ser diferent de l'hora d'inici habitual de l'activitat.

Us demanem si us plau, que no aparqueu a la rotonda d'accés al col·legi, ja que aquí és on es posaran els autobusos per pujar als alumnes quan marxin, i per baixar-los quan arribin.

DINÀMICA DE FUNCIONAMENT

Servei de menjador :

El realitzarà personal de l'empresa 7itria al menjador de l'Escola Àngel Guimerà. Durant l'hora de dinar hi ha monitores de cuina, ajudant principalment als més petits.

El full amb el menú per setmanes el tindreu penjat a la web d'Esportssab.

MOLT IMPORTANT ! Els participants que tinguin alguna al·lèrgia i/o intolerància alimentària, hauran de presentar el informe mèdic pertinent i omplir, amb les dades de l'alumne, el Pla d'Acció personalitzat en cas de reacció al·lèrgica.

Qualsevol alumne pot demanar quedar-se al menjador de forma esporàdica, sempre i quan es comuniqui i pagui, a la recepció del Complex, abans de les 9:00 h. S'haurà de venir a recollir a l'alumne les 14:00 h. Aquesta opció està condicionada per la capacitat màxima del menjador i la disponibilitat pel que fa als grups de la tarda.

Als pares/tutors dels participants que no mengin adequadament , se'ls avisarà al finalitzar l'activitat diària.

DINÀMICA DE FUNCIONAMENT

Autorització per sortir sols de les Instal·lacions i recollida dels alumnes

Tots els pares, mares o tutors que ho desitgeu podeu autoritzar a que els vostres fills surtin sols del Complex Esportiu l'Onze, un cop finalitzada l'activitat.

Podeu autoritzar a que el/la germà/germana gran recollir al/s petit/s amb la mateixa autorització i també que alguna persona, que no sigui familiar de l'alumne, el pugui recollir.

No es poden fer canvis de grup. Només és permet el canvi de grup per decisió tècnica, en relació a les capacitats i habilitats motores del participant.

Baixes : Un cop iniciada l'activitat, si algun alumne causa baixa per alguna raó, que no sigui producte d'un accident o lesió ocasionat a la pròpia activitat, no se li retornaran els diners. Si la baixa o els canvis es produeixen abans del inici de l'actuació, no hi haurà cap problema en fer la devolució que correspongui. Si sabeu amb antelació que l'alumne faltarà algun dia, comuniquen-ho si us plau al tècnic corresponent.

Instruccions que regeixen el funcionament de les activitats d'estiu

- Condicions generals.
- Els drets i deures dels participants,
- Les possibles sancions en cas de cometre alguna falta (lleu, greu o molt greu).
- Procediment a seguir per tramitar la baixa.
- Assegurança d'accidents.
- Protecció de dades i autorització d'imatges (política de privacitat)

Podeu consultar el document a la web d'esportssab

Accident de l'alumne : *MARKEL INSURANCE SE*

- Valoració i acció.
- Si és lleu : comunicació als pares / tutors, perquè vinguin a recollir a l'alumne i amb el part d'accident. El centre d'atenció telefònica ens dirà a quin centre concertat s'ha de dirigir el lesionat. Només podrà assistir en aquest centre que ens indiquin segons el tipus d'accident..
- Si és necessari per la seva gravetat, es comunicarà als pares/tutors i s'avisarà al servei d'emergència, derivant a l'alumne al Centre Hospitalari concertat més proper.
- Seguiment de l'alumne i del seu procés.

Malaltia comú de l'alumne :

- Si l'alumne ja no es troba bé abans de venir pel matí, us demanem si us plau que no el porteu.
- Valoració i acció.
- Comunicació als pares / tutors, que hauran de venir a recollir-lo a l'espai on estigui en aquell moment, tal i com s'especifica al full d'inscripció de les activitats d'estiu.
- Seguiment de l'alumne i del seu procés.

Els tècnics tenen prohibit subministrar qualsevol tipus de medicament als participants, tot i que tinguin el consentiment per part dels tutors legals del participant. Només en casos molt especials es tractarà de manera diferent.

INFORMACIÓ



WEB : esports.sabarca.cat

Programa activitats / Activitats estiu / Casal esportiu

Email Direcció Casal: imperialta@sabarca.cat

Tlf. Mòbil: **696897697**

Twitter : **@esportssab**

Instagram : **esportssabiem**