

CASAL ESPORTIU D'ESTIU

3r torn- Del 21 al 31 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

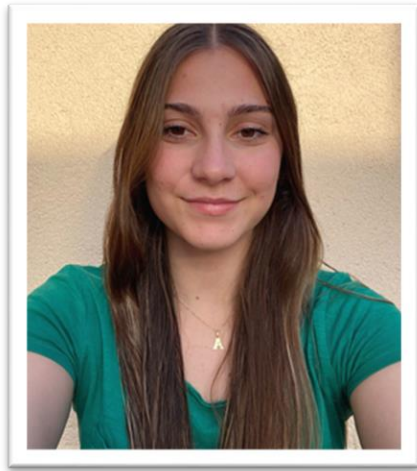
MÚSICA

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...).

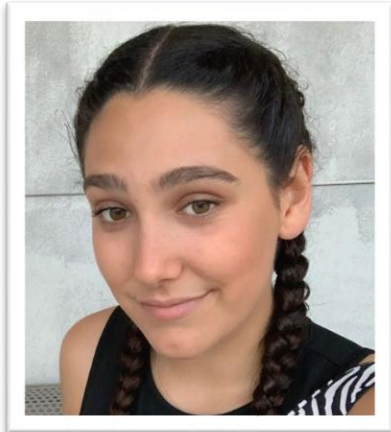
GRUPS I TÈCNICS

GRUP 1

Monitora : Ariadna Estévez

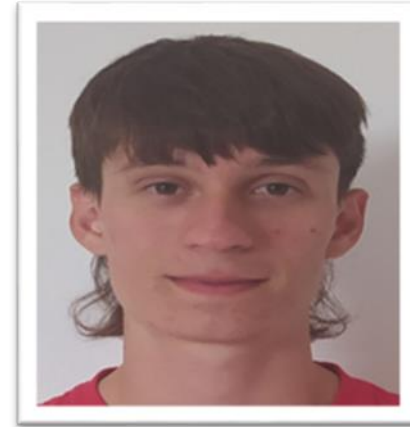


Col·laboradora : Sofia Dominguez



GRUP 2

Monitor : Alvaro Gonzalez



Col·laboradora : Paula Rovira



GRUPS I TÈCNICS

GRUP 3

Monitora : Laura Barcia



Col·laboradora : Carla Gomez



GRUP 4

Monitora : Maria Fornieles



Col·laborador : Hugo Garcia



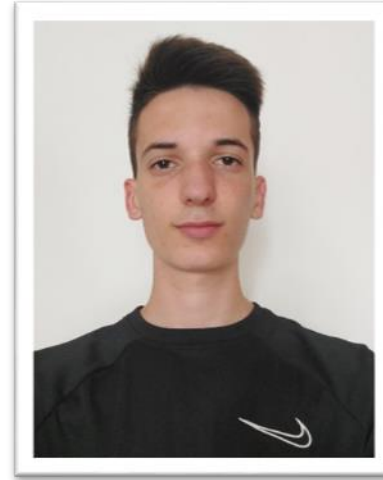
GRUPS I TÈCNICS

GRUP 5

Monitora : Trini Hidalgo



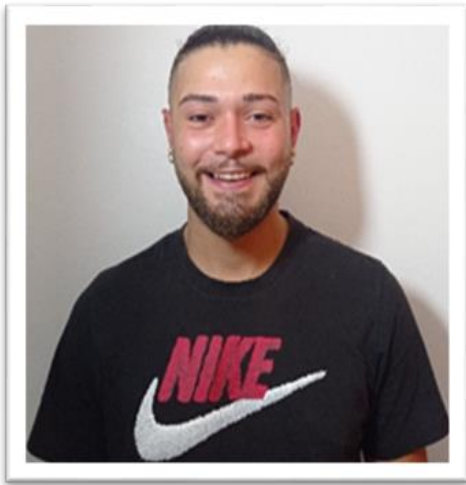
Col·laborador : Josep García



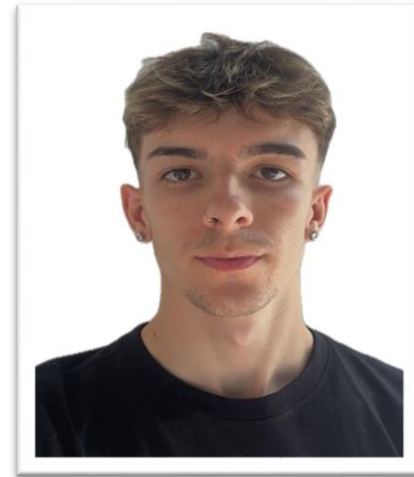
GRUPS I TÈCNICS

CASAL JOVE & CASAL FIT JOVE

Monitor : David Soriano



Monitor : Iker Martos



TÈCNICS

TÈCNICA D'ANGLÈS / TÈCNICAS DE REFORÇ

Abril Hidalgo



Meritxell Codina



Alba Cosgaya



EDATS GRUP : 4-6 anys
TÈCNICA : ARIADNA ESTEVEZ
MONITORA: SOFIA DOMINGUEZ

GRUP 1

3r TORN CASAL

ESPORTIU 2025



Del 21 al 25 de juliol					
	Dilluns 21 de juliol	Dimarts 22 de juliol	Dimecres 23 de juliol	Dijous 24 de juliol	Divendres 25 de juliol
9:00-10:15	Presentació	Activitat Física	Activitat Física	CAN SALVI	Activitat Física
10:15-10:45	ESMORZAR	ESMORZAR	ESMORZAR		ESMORZAR
10:45-12:00	Activitat Física	Activitat Física	A.F. en ANGLÈS		A.F. en ANGLÈS
12:00-13:00	A.F. en ANGLÈS	Curset natació	Activitat Física		Curset natació

Del 28 al 31 de juliol					
	Dilluns 28 de juliol	Dimarts 29 de juliol	Dimecres 30 de juliol	Dijous 31 de juliol	
9:00-10:15	Activitat Física	SORTIDA A "SAPAKARA"	Activitat Física	CAN SALVI	
10:15-10:45	ESMORZAR		ESMORZAR		
10:45-12:00	A.F. en ANGLÈS		A.F. en ANGLÈS		
12:00-13:00	Curset natació		Curset natació	Activitat Física	

EDATS GRUP : 6-7 anys
TÈCNIC : ÁLVARO GONZÁLEZ
MONITORA: PAULA ROVIRA

GRUP 2

3r TORN CASAL

ESPORTIU 2025



Del 21 al 25 de juliol					
	Dilluns 21 de juliol	Dimarts 22 de juliol	Dimecres 23 de juliol	Dijous 24 de juliol	Divendres 25 de juliol
9:00-10:15	Presentació	MÚSICA	SORTIDA LOCAL	A.F. en ANGLÈS	CAN SALVI
10:15-10:45	ESMORZAR			ESMORZAR	
10:45-12:00	A.F. en ANGLÈS	Activitat Física		Activitat Física	Activitat Física
12:00-13:00	Curset natació	A.F. en ANGLÈS		Curset natació	

Del 28 al 31 de juliol					
	Dilluns 28 de juliol	Dimarts 29 de juliol	Dimecres 30 de juliol	Dijous 31 de juliol	
9:00-10:15	Activitat Física	SORTIDA A "SAPAKARA"	CAN SALVI	Activitat Física	
10:15-10:45	ESMORZAR			ESMORZAR	
10:45-12:00	Curset natació		Activitat Física	A.F. en ANGLÈS	
12:00-13:00	A.F. en ANGLÈS			Curset natació	

EDATS GRUP : 8 anys
TÈCNICA : LAURA BARCIA
MONITORA: CARLA GÓMEZ

GRUP 3

3r TORN CASAL

ESPORTIU 2025



	Del 21 al 25 de juliol				
	Dilluns 21 de juliol	Dimarts 22 de juliol	Dimecres 23 de juliol	Dijous 24 de juliol	Divendres 25 de juliol
9:00-10:15	Presentació	A.F. en ANGLÈS	SORTIDA LOCAL	Activitat Física	CAN SALVI
10:15-10:45	ESMORZAR	ESMORZAR		ESMORZAR	
10:45-12:00	Curset natació	MÚSICA		Curset natació	Activitat Física
12:00-13:00	Activitat Física			A.F. en ANGLÈS	

Del 28 al 31 de juliol					
	Dilluns 28 de juliol	Dimarts 29 de juliol	Dimecres 30 de juliol	Dijous 31 de juliol	
9:00-10:15	A.F. en ANGLÈS	SORTIDA A "SAPAKARA"	CAN SALVI	Activitat Física	
10:15-10:45	ESMORZAR			ESMORZAR	
10:45-12:00	Activitat Física		Activitat Física	Curset natació	
12:00-13:00	Curset natació			A.F. en ANGLÈS	

EDATS GRUP : 8-10 anys
TÈCNICA : MARIA FORNIELES
MONITOR: HUGO GARCÍA

GRUP 4

3r TORN CASAL

ESPORTIU 2025



Del 21 al 25 de juliol				
Dilluns 21 de juliol	Dimarts 22 de juliol	Dimecres 23 de juliol	Dijous 24 de juliol	Divendres 25 de juliol
A.F. en ANGLÈS	SORTIDA LOCAL	CAN SALVI	Activitat Física	Activitat Física
ESMORZAR			ESMORZAR	ESMORZAR
MÚSICA			A.F. en ANGLÈS	Curset natació
		Activitat Física	Curset natació	A.F. en ANGLÈS

Del 28 al 31 de juliol					
	Dilluns 28 de juliol	Dimarts 29 de juliol	Dimecres 30 de juliol	Dijous 31 de juliol	
9:00-10:15	SORTIDA A "EL LLAC" DE NAVARCLES	CAN SALVI	A.F. en ANGLÈS	Activitat Física	
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	Curset natació	

EDATS GRUP : 10-12 anys
TÈCNICA : TRINI HIDALGO
MONITOR: JOSEP GARCÍA

GRUP 5

3r TORN CASAL

ESPORTIU 2025



Del 21 al 25 de juliol					
	Dilluns 21 de juliol	Dimarts 22 de juliol	Dimecres 23 de juliol	Dijous 24 de juliol	Divendres 25 de juliol
9:00-10:15	MÚSICA	SORTIDA LOCAL	A.F. en ANGLÈS	CAN SALVI	A.F. en ANGLÈS
10:15-10:45			ESMORZAR		ESMORZAR
10:45-12:00	Activitat Física		Curset natació	Activitat Física	Curset natació
12:00-13:00	Activitat Física		Activitat Física	Activitat Física	Activitat Física

Del 28 al 31 de juliol					
	Dilluns 28 de juliol	Dimarts 29 de juliol	Dimecres 30 de juliol	Dijous 31 de juliol	
9:00-10:15	SORTIDA A "EL LLAC" DE NAVARCLES	Activitat Física	Activitat Física	CAN SALVI	
10:15-10:45		ESMORZAR	ESMORZAR		
10:45-12:00		A.F. en ANGLÈS	Curset natació		
12:00-13:00		Curset natació	A.F. en ANGLÈS	Activitat Física	

EDATS GRUP : 10-12 anys
TÈCNIC : DAVID SORIANO
TÈCNIC : IKER MARTOS

GRUP JOVE + FIT

3r TORN CASAL

ESPORTIU 2025



Del 21 al 25 de juliol					
	Dilluns 21 de juliol	Dimarts 22 de juliol	Dimecres 23 de juliol	Dijous 24 de juliol	Divendres 25 de juliol
9:00-10:15	Activitat Física	CAN SALVI	Activitat Física	SORTIDA LOCAL	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		Curset natació		Curset natació

Del 28 al 31 de juliol					
	Dilluns 28 de juliol	Dimarts 29 de juliol	Dimecres 30 de juliol	Dijous 31 de juliol	
9:00-10:15	SORTIDA A "EL LLAC" DE NAVARCLES	CAN SALVI	Activitat Física	Curset natació	
10:15-10:45			ESMORZAR	ESMORZAR	
10:45-12:00			Activitat Física	Activitat Física	
12:00-13:00		Activitat Física	Curset natació	Activitat Física	

EXCURSIONS / SORTIDES

El grup 1 anirà:

- Dimarts 29 de juliol a SAPAKARA (Cornellà de Llobregat).

Info : <https://www.sapakarafunparcs.com>

L'horari d'aquesta sortida serà de 9:00h a 13:00h.

Els grups 2 i 3 aniran:

- Dimecres 23 de juliol SORTIDA LOCAL de 9:00h a 13:00h.
- Dimarts 29 de juliol a SAPAKARA (Cornellà de Llobregat).

Info : <https://www.sapakarafunparcs.com>

L'horari d'aquesta sortida serà de 9:00h a 13:00h.

Els grups 4, 5 aniran:

- Dimecres 23 de juliol SORTIDA LOCAL
- Dilluns 28 de juliol a EL LLAC DE NAVARCLES (Navarcles).

Info : <http://www.el-llac.com>

L'horari d'aquesta sortida serà de 8:45h a 15:00h.

Grup Jove i Fit Jove aniran:

- Dijous 24 de juliol a SORTIDA LOCAL.
- Dilluns 28 de juliol a EL LLAC DE NAVARCLES (Navarcles).

Info : <http://www.el-llac.com>

L'horari d'aquesta sortida serà de 8:45h a 15:00h.

QUADRANT DE DISTRIBUCIÓ DE LES ACTIVITATS - TARDA



DISTRIBUCIÓ GRUPS 3er TORN - TARDA DEL 21 AL 31 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

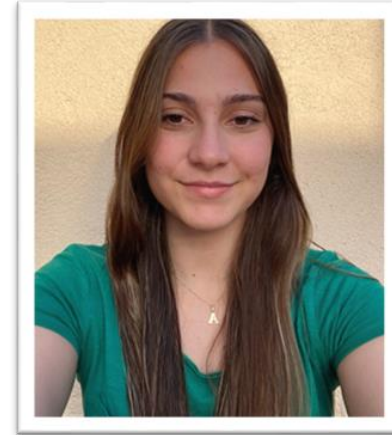
TÈCNICS GRUPS TARDA

GRUP 11

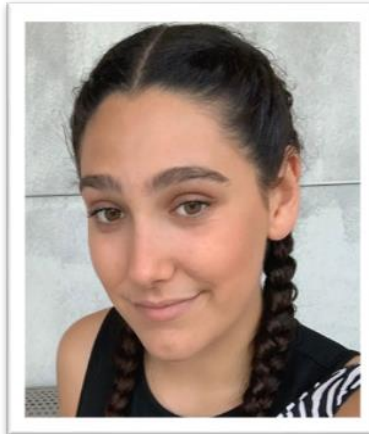
Monitora: Laura Barcia



Col·laboradora: Ariadna Estevez



Col·laboradora: Sofia Dominguez



TÈCNICS GRUPS TARDA

GRUP 22

Monitora: Maria Fornieles

Col·laboradora: Paula Rovira



TÈCNICS GRUPS TARDA

GRUP 33

Monitora: Trini Hidalgo

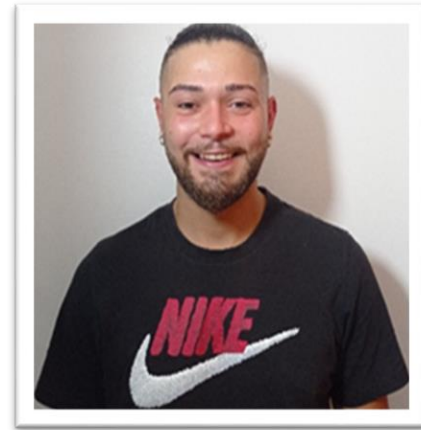


Col·laborador : Álvaro Gonzalez



GRUP 44

Monitor : David Soriano



Col·laboradora : Alba Cosgaya



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 per la mateixa porta d'accés.

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

DINÀMICA DE FUNCIONAMENT

El taller de música es fa a l'escola de música 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 : cal portar casquet de bany .

Les fotografies dels infants que estan autoritzats, se'ls passarà un enllaç al mail de la inscripció perquè puguin accedir-hi per 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. El full d'autorització el tindreu penjat a la web d'Esportssab.

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 faltará algun dia, comuniqueu-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

Telèfon: 93 653 44 08 ext. 804

Instagram : [esportssabiem](#)