

SUMMMER CAMP



Informació detallada

Organitzem Campus d'estiu i estades des de fa 18 anys, en aquesta ocasió us oferim una estada amb grup reduït de màxim 20 nens/nenes que es dividiran en subgrups.



INSCRIPCIONS: <https://forms.gle/HxKLW1ztZoezuJ8h6>

Lloc i horari:

CAMPUS ESTIU 2023 a Torredembarra i Cambrils, del 3 de juliol, al 20 d'agost, de dilluns a divendres de 9h arribada i de 13:30 a 14h recollida.

Opció d'allargar fins les 18h per 50€/ setmana amb opció de dinar per 20€/dia.

Al formulari d'inscripció veureu les setmanes de Torredembarra, les de Cambrils i les **tecnificacions de Trial (3-10 juliol) i MTB (17-21 juliol)**.

Valors:

Especial èmfasi en coneixement de normes, nova realitat, educació social, relacions interpersonals, valors ambientals, entorn i patrimoni, conscienciació i solidaritat!

* Tenim un protocol detallat, els GRUPS seran reduïts.

Edats i protocol:

Aquesta estada és apte per joves de 5 a 17 anys.

És realitzarà un protocol acurat i detallat, primer a les famílies per portar material adequat i als joves per a conscienciar-los i que coneguin els nous hàbits de distanciament, higiene i funcionament de l'estada. No es podrà assistir si s'ha estat en contacte amb un positiu els últims 7 dies, i si es te cap mínim símptoma de Covid 19.

Activitats:

Cada dia es realitzarà una part de tecnificació de la disciplina triada, Trial o BTT amb un mínim de 4 usuaris per realitzar la disciplina.

La resta de la jornada es realitzaran múltiples activitats, piscina, platja, natura, kàrting, jocs, caiac, rocòdrom, tirolines, etc. (veure programació segons setmana)

Excursions a la natura per conèixer l'entorn natural i cultural de proximitat.

Coneixements sobre la bicicleta, mecànica, valor social de la bicicleta, la bicicleta com a vehicle ecològic, hàbits saludables esportius i d'higiene i molt més.

Objectius:

L'objectiu principal d'aquesta estada és que els joves es diverteixin, gaudeixin de la pràctica esportiva amb amics, que coneguin i tinguin consciència de la nova normalitat, distància i higiene, d'adquirir hàbits saludables i esportius, l'aprenentatge de valors, i desenvolupament motriu

PREUS i Opcions:

3 setmanes 310€	2 setmanes 230€	una setmana 125€
3 dies 75€	un dia 40€	Fins les 18h, +50€/setmana

- Opció d'allargar fins les 18h per 50€/ setmana (mínim 3 infants).
- Opció de dinar per 20€/dia. (mínim 3 infants).
- Per venir un dia solt o tres dies amb l'activitat de karting o Tirolines +10€
- Descompte 10€/setmana per germans i socis del club.

- LLOGUER de bicicleta a partir de 15€/setmana i material 5€.

- Guardar la bicicleta al Bikepark 5€/ setmana

Material que heu de portar:

Esmorzar, 2 litres de beguda, tovallola, mascareta, gel hidroalcohòlic, càmera de recanvi, gorra, crema solar, bossa, roba de recanvi, banyador, xancles, proteccions per la pràctica esportiva adequades.

RESERVES fins al 15 dies abans de la setmana escollida bikeparktdb@gmail.com
650604089

Recordeu que també farem classe setmanal durant tot juliol a falta de concretar horaris i grups segons volum, o podeu contractar classes particulars.

Programa TORREDEMBARRA

Dilluns: 9h: Benvinguda i protocols:

- Repàs mecànic de bicicletes.
- Higiene, rentat de mans al entrar al park, abans de jocs de contacte o objecte en contacte, abans d'esmorzar. Com ens retem les mans i fem servir el bany.
- Protecció solar al arribar al park i després de piscina o aigua.
- Esmorzar a l'ombra, sempre al mateix lloc.

9:30 Escalfament i hora de tècnica

11 Esmorzar i comentem seguretat vial, com ens desplaçem amb seguretat a peu i en bici a les properes excursions.

12-13:30 piscina

Dimarts:

9h excursió BTT a Altafulla, Taller natural al bosc, reconèixer arbres, plantes, animals, senyals d'orientació en camins. Itinerari 4 camins, bosc turó de l'ermita, creuar per semàfor i baixar a la platja club Marítim

10h Esmorzar i Caiac

12h Tornada BTT

Dimecres:

9h Escalfament i hora de tècnica

11 Esmorzar i jocs parlats ja davant del Pavelló St. Jordi

11:30 Rocòdrom

12:30-13:30 piscina

Dijous:

9h Escalfament i hora de tècnica

11 Esmorzar i mecànica

11-12:30 sortida a netejar camins, parlem com tractem els residus

12:30-13-30 tast d'altres disciplines i canvis de bicis o jocs

Divendres:

9h excursió BTT a Altafulla,

Itinerari 4 camins, creuar per semàfor i baixar karting per carrers de barri marítim. / Fins Jungle Treck (tirolines)

10h Esmorzar a la pineda al final del passeig / Jungle treck

10.30h Karting (Setmana 4-9 i 25-29 juliol) / Tirolines Jungle Treck (tirolines)

11h Tornada BTT, si es possible una ruta més ràpida.

Jocs d'aigua per acabar

Programa CAMBRILS

Programa CAMBRILS

Dilluns: 9h: Benvinguda i protocols:

- Repàs mecànic de bicicletes.
- Higiene, rentat de mans al entrar al park, abans de jocs de contacte o objecte en contacte, abans d'esmorzar. Com ens retem les mans i fem servir el bany.
- Protecció solar al arribar al park i abans i després de platja.
- Esmorzar a l'ombra, amb distàncies.

9:30h Escalfament i hora de tècnica

11h Esmorzar i comentem seguretat vial, com ens desplaçem amb seguretat a peu i en bici a les properes excursions.

12h Jocs en bicicleta

Dimarts:

9h excursió BTT a la platja,

10:30h Esmorzar a la pineda a la Torre dels esquiroles

11h Caiacs al ClubNautic

12:30h Tornada BTT.

Dimecres:

9h Escalfament i hora de tècnica

11h Esmorzar i piscina a Vinyols

12:30h Tornada al bikepark

Dijous:

9h Escalfament i hora de tècnica

10:30h Esmorzar

11h Sortida a netejar camins, parlem com tractem els residus

12h bany a la platja

13h Mecànica i jocs

Divendres:

9h excursió BTT a la platja,

10:30h Esmorzar a la pineda a la Torre dels esquiroles

11h Castell aquàtic a la platja

12:30h Tornada BTT.