



# CAMPANYA ESPORTIVA

## D'HIVERN

### 2016-2017

PUBLICAT T. 964 82 95 00

Organitza:



Ajuntament  
de Benicarló  
Regidoria d'Esports

Col·laboren:



#BEACTIVE



PISCINA CUBIERTA  
MUNICIPAL DE BENICARLÓ



H&Jfitness  
[www.hj-fitness.es](http://www.hj-fitness.es)

# XXIX CAMPANYA ESPORTIVA D'HIVERN 2016-17

Un any més l'Ajuntament de Benicarló, a través de la Regidoria d'Esports, promou la Campanya Esportiva Municipal d'Hivern. Aquesta campanya ofereix, per a la temporada 2016-17, els següents programes:

## ÍNDEX

1. Instal·lacions esportives municipals ..... Pàg. 3
2. Activitats fisicoesportives ..... Pàg. 4
3. Activitat aquàtica (piscina coberta municipal) ..... Pàg. 7
4. Maestrat Natura ..... Pàg. 8
5. Esport Federat ..... Pàg. 9
6. Esdeveniments i competicions populars ..... Pàg. 10
7. III Circuit de Curses Populars de Benicarló ..... Pàg. 11
8. En-forma-t (programa de formació esportiva) ..... Pàg. 12
9. GADE (Gabinet d'Ajuda a l'Esportista) ..... Pàg. 14
10. Esport Escolar i Jocs Esportius Comarcals ..... Pàg. 15



# 1. INSTAL·LACIONS ESPORTIVES MUNICIPALS

Vols practicar esport per lliure amb els teus amics?

Vols fer una reserva d'alguna instal·lació esportiva per a algun esdeveniment o activitat?

Disposem de nombroses instal·lacions esportives a Benicarló. Contacta amb nosaltres i informa't sobre disponibilitat i horaris.

- Piscina Coberta Municipal
- Pavelló Poliesportiu Municipal.
  - Annex cobert
  - Annex semidescobert
  - Sala polivalent
- Pistes d'Atletisme Municipals
- Pista poliesportiva del passeig Marítim
- Zona poliesportiva del Jaume I
  - Pistes poliesportives
  - Skatepark
- Pistes poliesportives del CEIP Marqués de Benicarló
- Pistes poliesportives del CEIP E. Martínez Ródenas
- Pistes poliesportives del CEIP Francesc Catalan
- Pista de Ciclisme Municipal
- Camp de Futbol Municipal
- Camp de Tir La Basseta
- Camp de Petanca El Barranquet
- Escola de la Mar
- Circuit Municipal de Motocros

Visita la nostra web i el nostre facebook i t'anirem informant puntualment sobre les diferents alternatives i disponibilitat horària.



## **Més informació i reserves:**

Regidoria d'Esports

Tel. 964 470 050 (Ext. 270; Ext. 204; Ext.107)

[www.ajuntamentdebenicarlo.org](http://www.ajuntamentdebenicarlo.org)

[correu.esports@ajuntamentdebenicarlo.org](mailto:correu.esports@ajuntamentdebenicarlo.org)

[facebook.com/esports.benicarlo](https://facebook.com/esports.benicarlo)

[twitter.com/esportbenicarlo](https://twitter.com/esportbenicarlo)

## 2. ACTIVITATS FISICOESPORTIVES

**DURADA DE LES ACTIVITATS:** Del 10 d'octubre al 10 de juny del 2017

**PERÍODE DE VACANCES** (sense activitat, tots els dies inclosos):

9 d'octubre	1 de gener al 6 de gener 2017
12 d'octubre	16 al 19 de març 2017
1 de novembre	1 de maig 2017
6 al 8 de desembre	9 de maig 2017
24 al 31 de desembre	10 de juny 2017 (Festa Final)

**DATES D'INTERÉS:**

QUÈ?	QUAN?	ON? I COM?
REPARTIMENT DE TRÍPTICS INFORMATIUS I D'INSCRIPCIÓ	A partir del 16 de setembre	Col·legis Instituts Edificis municipals Ajuntament (Regidoria d'Esports)
PREINSCRIPCIONS	16 al 21 de setembre	<b>Preinscripció online:</b> <a href="http://www.esportsbenicarlo.com">http://www.esportsbenicarlo.com</a> <b>Presencial:</b> -a l'Ajuntament: 9.30-14h -a les oficines de IOCUM (C/Dr. Fleming, 19 baix): 9.30-14h
SORTEIG I LLISTES DEFINITIVES ADMESOS	Sorteig (22 setembre) Llistes d'admesos (22 setembre)	Web municipal Ajuntament (Regidoria d'Esports)
MATRICULACIONS I PAGAMENT	23 setembre: · Aeròbic/Step · Funcional · Cubbà-manteniment · Box-pump 26 y 27 setembre: · Ioga · Taixi · Yogilates 28 setembre: · Pilates · Mantenimient 29 y 30 setembre: · Gimnasia 3ª edat	Presencial a l'Ajuntament: 9.30-14h
INCIDÈNCIES I CANVIS DE GRUPS	3 - 7 d'octubre	Ajuntament (Regidoria d'Esports)
INICI D'ACTIVITATS	10 d'octubre	Instal·lacions esportives

**NORMATIVA D'INSCRIPCIONS:**

1. Cada activitat tindrà el seu dia de matriculació.
2. En la preinscripció presencial i online, es permetrà a cada usuari la preinscripció en tres activitats o de tres places.
3. No es realitzaran reserves de places per endavant.
4. Quan s'acaben les places ofertes en alguna activitat, es realitzarà una llista d'espera, per possibles vacants o nous cursos.
5. Les places vacants, s'oferiran per llista d'espera de cada activitat.
6. Una vegada l'alumne siga admés, podrà fer la matrícula a l'Ajuntament, i abonar l'autoliquidació a l'entitat bancària. També es pot fer el pagament amb targeta de dèbit al mateix Ajuntament.
7. Si l'alumne té 5 absències no justificades, la seua plaça quedarà vacant i s'oferirà a usuaris en llista d'espera. Per justificar les absències, es podrà demanar als alumnes, el corresponent justificant laboral, mèdic o d'estudis.
8. Si una activitat no arriba al ratio mínim (12 alumnes), la Regidoria d'Esports, podrà oferir places als alumnes admesos en altres activitats amb places vacants

**ACTIVITATS D'INTENSITAT BAIXA \*****ACTIVITATS D'INTENSITAT MITJANA \*\*****ACTIVITATS D'INTENSITAT MITJANA-ALTA \*\*\*****AERÒBIC- STEP**

*	EDATS	A partir de 16 anys
*	HORARIS	G.1: Dimarts/dijous de 16 a 17 h
*		G.2: Dilluns/dimecres de 19 a 20 h
	ON	Pavelló Municipal (sala polivalent)
	QUOTA	51,64 euros

**FUNCTIONAL TRAINING (TRX, circuits, outdoor, bosu, fitball, piscina,etc.)**

*	EDATS	A partir de 16 anys
*	HORARIS	Dimarts/dijous de 19 a 20 h
*	ON	Pavelló Municipal (sala squash)
	QUOTA	51,64 euros

**BOX-PUMP (ACTIVITAT COMBINADA: cardiobox + body pump)**

*	EDATS	A partir de 16 anys
*	HORARIS	Dilluns/dimecres de 18 a 19 h
*	ON	Pavelló Municipal (sala polivalent)
	QUOTA	51,64 euros

**ESTILOS (ACTIVITAT COMBINADA: urban, funky, step, latinos)**

*	EDATS	A partir de 11 fins a 16 anys
*	HORARIS	Dilluns/dimecres de 17 a 18 h
	ON	Pavelló Municipal (sala polivalent)
	QUOTA	51,64 euros

**GIMNÀSTICA DE MANTENIMENT D'ADULTS**

*	EDATS	Homes i dones a partir de 16 anys
*	HORARIS	G.1: Dilluns/dimecres/divendres de 9.30 a 10.30 h
		G.2: Dilluns/dimecres/divendres de 10.30 a 11.30 h
	ON	Pavelló Municipal (tatami, pista central i sala polivalent)
	QUOTA	58,09 euros

**COMBINADA (Cubbà/Zumba + Manteniment)**

*	EDATS	A partir de 16 anys
*	HORARIS	G.1: Dilluns/dimecres de 16 a 17 h
		G.2: Dimarts/dijous de 15 a 16 h
	ON	Pavelló Municipal (sala polivalent)
	QUOTA	51,64 euros

**PILATES**

*	EDATS	A partir de 16 anys
*	HORARIS	G.1: Dimarts/dijous de 10.30 a 11.30 h
		G.2: Dimarts/dijous de 18 a 19 h
	ON	Pavelló Municipal (sala polivalent)
	QUOTA	51,64 euros

**ACTIVITAT FÍSICA ADAPTADA**

*	EDATS	A partir de 14 anys
	HORARIS	Dissabtes de 10.30 a 12.00 h
	ON	Pavelló Municipal i pistes annexes
	QUOTA	38,73 euros

## GIMNÀSTICA 3a EDAT

* EDATS	A partir de 55 anys
HORARIS	G.1: Dimarts/dijous de 9.30 a 10.30 h G.2 Dilluns/dimecres de 9.30 a 10.30 h
ON	Pavelló Municipal (Pista annexa interior i sala polivalent)
QUOTA	32,27 euros

## TAI-TXI

* EDATS	A partir de 16 anys
HORARIS	G.1: Dimarts/divendres de 10.30 a 11.30 h G.2: Dimarts/dijous de 19 a 20 h
ON	Pavelló Municipal (sala polivalent)
QUOTA	51,64 euros

## IOGA

* EDATS	A partir de 16 anys
HORARIS	Dimarts/dijous de 9.30 a 10.30 h
ON	Pavelló Municipal (Sala polivalent)
QUOTA	51,64 euros

## IOGI-LATES (Activitat combinada de ioga amb tècniques i exercicis de pilates)

* EDATS	A partir de 16 anys
HORARIS	Dimarts/dijous de 20 a 21 h
ON	Pavelló Municipal (Sala polivalent)
QUOTA	51,64 euros



### Més informació a:

Regidoria d'Esports

Tel. 964 470 050 (Ext. 270; Ext. 204; Ext.107)

[www.ajuntamentdebenicarlo.org](http://www.ajuntamentdebenicarlo.org)

[correu.esports@ajuntamentdebenicarlo.org](mailto:correu.esports@ajuntamentdebenicarlo.org)

[facebook.com/esports.benicarlo](https://facebook.com/esports.benicarlo)

[twitter.com/esportbenicarlo](https://twitter.com/esportbenicarlo)

### 3. ACTIVITAT AQUÀTICA (Piscina Coberta municipal)

#### TARIFES MENSUALS D' ABONAMENTS

Inscripció	1 mensualitat	<b>ACTIVITATS INCLOSES EN L' ABONAMENT:</b> nado lliure (piscina gran), aiguafitness, GAP, aquagim, step, cubbà, aerodance, running outdoor, core training, estiraments, functional training, etc.  L'empresa es reserva el dret de canvi i modificació de qualsevol activitat o monitor. Aforament limitat: les activitats que tinguin assistència inferior a 5 usuaris de mitjana, podran sofrir modificacions.
Adults primer membre	36,63 €/mes	
Familiar 2n membre	26,87 €/mes	
Quota familiar (inclou pares i fills menors de 25 anys)	68,4 €/mes	
Adult (quota reduïda: horari de 7 a 14 hores)	25,63 €/mes	
Joves (15-25 anys)	26,87 €/mes	
Tercera edat, jubilats majors de 60 anys i pensionistes	23,19 €/mes	
Infantil i discapacitat	19,53 €/mes	
Tercera edat, jubilats majors de 60 anys i pensionistes (quota reduïda)	17,09 €/mes	

#### CURSOS DE NATACIÓ

\***INTENSITAT MODERADA**      \*\***INTENSITAT MITJANA**      \*\*\***INTENSITAT ALTA**

HORES	ESPAI	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOURS	DIVENDRES	DISSABTE
<b>MATÍ</b>							
7:15-8:00	PISCINA G		ADULTS		ADULTS		
9:15-10:00	PISCINA G		ADULTS		ADULTS		
9:30-10:30	SALA		PILATES		PILATES		
9:30-10:15	PISCINA G						ESCOLAR
9:30-10:15	PISCINA P						PREESCOLAR
10:00-10:45	PISCINA G		ADULTS		ADULTS		
10:00-10:45	PISCINA G		NATACIÓ + 6o ANYS		NATACIÓ + 6o ANYS		
10:15-11:00	PISCINA P						BEBÉS
10:15-11:00	PISCINA G						ESCOLAR
11:00-11:45	PISCINA P						PREESCOLAR
11:45-12:30	PISCINA P						BEBÉS
11:45-12:30	PISCINA G						ESCOLAR
12:30-13:15	PISCINA P						PREESCOLAR
<b>MIGDIA</b>							
15:15-16:00	PISCINA G	ADULTS		N. ADULTOS			
16:00-16:45	PISCINA G		ADULTS				ADULTS
<b>VESPRADA</b>							
17:00-17:45	PISCINA G	ESCOLAR	ESCOLAR	ESCOLAR	ESCOLAR	ESCOLAR	
17:00-17:45	PISCINA P	PREESCOLAR	PREESCOLAR	PREESCOLAR	PREESCOLAR	PREESCOLAR	
17:45-18:30	PISCINA G	ESCOLAR	ESCOLAR	ESCOLAR	ESCOLAR	ESCOLAR	
17:45-18:30	PISCINA P	PREESCOLAR	PREESCOLAR	PREESCOLAR	PREESCOLAR	PREESCOLAR	
18:30-19:15	PISCINA P	PREESCOLAR	PREESCOLAR		PREESCOLAR		PREESCOLAR
18:30-19:15	PISCINA G	TERAPÈUTICA XIQUETS		TERAPÈUTICA XIQUETS		ESCOLAR	
18:30-19:30	SALA		PILATES		PILATES		
19:15-20:00	PISCINA G	TERAPÈUTICA ADULTS		TERAPÈUTICA ADULTS			
19:00-19:45	PISCINA G		ADULTOS		ADULTS	NATACIÓ, + 12 ANYS	
19:45-20:30	PISCINA G		ADULTOS		ADULTS		
20:30-21:15	PISCINA G			ADULTS			ADULTS
19:45-20:30	PISCINA G						
20:30-21:15	PISCINA G						
20:15-21:00	PISCINA P						

## 4. MAESTRAT NATURA

Si el teu són les activitats en la naturalesa, durant tota la temporada diferents entitats esportives realitzen sortides excursionistes, rutes senderistes, marxes cicloturístiques, etc.

A més, l'Estació Nàutica Benicarló-Peníscola, en col·laboració amb l'Ajuntament de Benicarló, ofereix durant tot l'any cursos de vela, piragua, caiac, pàdel surf, busseig, etc.

ACTIVITATS	Organitza / Col·labora	Contacte
SORTIDES EN BTT	Club Ciclista Deportes Balaguer	964 473 514
RUTES EXCURSIONISTES	Club Xiruca	663284364
ACTIVITATS NÀUTIQUES	Estació Nàutica i Escola de la Mar	630 508 535
CAMPANYA D'ESQUÍ	CIAJ Benicarló - Regidoria de Joventut	964 473 509



### Més informació a:

Regidoria d'Esports

Tel. 964 470 050 (Ext. 270; Ext. 204; Ext.107)

[www.ajuntamentdebenicarlo.org](http://www.ajuntamentdebenicarlo.org)

[correu.esports@ajuntamentdebenicarlo.org](mailto:correu.esports@ajuntamentdebenicarlo.org)

[facebook.com/esports.benicarlo](https://facebook.com/esports.benicarlo)

[twitter.com/esportbenicarlo](https://twitter.com/esportbenicarlo)



## 5. ESPORT FEDERAT

Si el que t'agrada és l'entrenament regular, la competició, formar part d'un club, a Benicarló tens multitud d'esports i disciplines que podràs practicar de la mà d'alguna de les entitats esportives municipals.

Contacta'ns per correu electrònic o telefona al club que més t'interesse.

CENTRE XIRUCA.....	663284364
CLUB BÀSQUET BENICARLÓ.....	658894744
CLUB COLOMBÒFIL MISSATGER BENICARLÓ.....	667582257
CLUB D'ATLETISME BAIX MAESTRAT.....	608338979
CLUB BENICARLÓ BASEFUTBOL.....	671075813
CLUB DE TENIS BENICARLÓ.....	639667816
CD BENICARLÓ.....	696226951
CLUB HANDBOL BENICARLÓ.....	605597448
CLUB MABEL.....	696310299
C. ACTIVITATS SUBAQUÀTIQUES MARENOSTRUM.....	647279607
CLUB PETANCA BENICARLÓ.....	647660718
CLUB RECORREGUTS DE CAÇA.....	964475619
JUDO CLUB BENICARLÓ.....	626597167
MAESTRAT MOTOR CLUB BENICARLÓ.....	964829410
CLUB COLOMBICULTURA LA BENICARLANDA	
SOCIETAT DE CAÇA SANT HUBERTO.....	964471212
CLUB DE PESCA ESPORTIVA EL MERO.....	607894739
UNIÓ CICLISTA BENICARLÓ.....	610495284
CLUB PETANCA BOLAS Y BOCHAS.....	685131152
CLUB CANÍ BAIX MAESTRAT	
CLUB DE BALL ESPORTIU MADISON.....	607318733
CLUB TENNIS TAULA BENICARLÓ.....	629974443
CLUB NATACIÓ BENICARLÓ.....	609627604
CLUB AJEDREZ BENICARLÓ.....	651673104
CLUB PESCA ESPORTIVA BENICARLÓ.....	647573186
AMICS DE LA MAR DE BENICARLÓ	
KICK BOXING CLUB BENICARLÓ.....	626763843
MOTOCUB BENICARLÓ.....	626763843
C. PILOTA VALENCIANA ARREA-LI BONA.....	964470476
CLUB JIUJITSU KAIDEN	
CLUB ESPORTIU GURUGUKAYAK BENICARLÓ	
CLUB CICLISTA DEPORTES BALAGUER.....	964473514
CLUB PROMESAS F.S.....	618040110
CLUB TRIATLÓ BASILISCUS.....	617011788
SCOOTER CLUB BAIX MAESTRAT	
CLUB DE PESCA SUBMARINA I APNEA EL MAESTRAT	

### Més informació a:

Regidoria d'Esports

Tel. 964 470 050 (Ext. 270; Ext. 204; Ext.107)

[www.ajuntamentdebenicarlo.org](http://www.ajuntamentdebenicarlo.org)

[correu.esports@ajuntamentdebenicarlo.org](mailto:correu.esports@ajuntamentdebenicarlo.org)

[facebook.com/esports.benicarlo](https://facebook.com/esports.benicarlo)

[twitter.com/esportbenicarlo](https://twitter.com/esportbenicarlo)

## 6. ESDEVENIMENTS I COMPETICIONS POPULARS

Durant la temporada també realitzem en les instal·lacions esportives municipals diferents tornejos i competicions populars de caràcter local. Moltes d'aquestes activitats també es realitzen en col·laboració amb diferents clubs esportius locals. I a més, un bon grapat d'esdeveniments i competicions federades que situen Benicarló com a referència esportiva a nivell provincial.

Visita regularment nostra web municipal i el Facebook de la Regidoria d'Esports i podràs estar-ne informat puntualment.

JORNADAS i ACTIVITATS PUNTUALS DE LA REGIDORIA D'ESPORTS	Data
JORNADA DE PORTES OBERTES CAMPANYA ESPORTIVA D'HIVERN	24 de setembre 2016
ACTES DEL DIA MUNDIAL DE L'ACTIVITAT FÍSICA	6 d'abril 2017
FESTA DE CLOENDA DE L'ESPORT ESCOLAR	3 de juny 2017
FI DE CURS DE LA CAMPANYA D'HIVERN	10 de juny 2017
FESTA DE LA MAR	1 de maig 2017

ESDEVENIMENTS ORGANIZATS PER ENTITATS (dades a determinar):	Organitza
CAMPIONAT D'ESPANYA DE MOTOCRÒS	Motoclub Benicarló
WTA DE TENNIS CIUTAT DE BENICARLÓ	Club Tennis Benicarló
ITF DE TENNIS CIUTAT DE BENICARLÓ	Club Tennis Benicarló
RONDA CICLISTA AL MAESTRAT	UC Benicarló
III CERTAMEN DE CICLISMO ADAPTADO	Cocemfe Maestrat
JORNADA DE PORTES OBERTES PISCINA MUNICIPAL	UTE Piscina
TORNEIG MINIBÀSQUET MANOLO LLORACH	CB Benicarló
DUATHLON ESCOLAR BASILISCUS	Triatló Basiliscus
XXVII CONCENTRACIÓ MOTERA DE FALLES	Maestrat Motorclub
TORNEIG D' HANDBOL DE LA CARXOFA	C.Handbol Benicarló
MARXA SENDERISTA BENICARLÓ-MORELLA	Penya Setrill

ALTRES	Organitza
LLIGA LOCAL DE FUTBOL 7 Contacte: alex_fr_pitu@hotmail.com	CD Benicarló
LLIGA PÀDEL D'HIVERN CT BENICARLÓ (per socis i no socis) Contacte: clubdetenisbenicarlo@gmail.com	Club Tennis Benicarló

### Més informació a:

Regidoria d'Esports  
Tel. 964 470 050 (Ext. 270; Ext. 204; Ext.107)  
www.ajuntamentdebenicarlo.org  
correu.esports@ajuntamentdebenicarlo.org  
facebook.com/esports.benicarlo  
twitter.com/esportbenicarlo

## 7. III CIRCUIT DE CURSES POPULARS DE BENICARLÓ

Curses	Col·labora	Data
II 5K NOCTURN	TRIATLÓ BASILISCUS	15 d'octubre 2016
II RUN-BIKE BASILISCUS	TRIATLÓ BASILISCUS	27 de novembre 2016
XXXIX SAN SILVESTRE	C.A. BAIX MAESTRAT	31 de desembre 2016
XXVIII MITJA MARATÓ DE LA CARXOFA	C.A. BAIX MAESTRAT TRIATLÓ BASILISCUS	5 de febrer 2017
IV VOLTA A PEU DE LA DONA	REGIDORIA BENESTAR SOCIAL	23 de març 2017
III 10K CIUTAT DE BENICARLÓ	C.A. BAIX MAESTRAT	23 d'abril 2017
III TRAIK 15K BENICARLÓ	PENYA ARJUP	21 de maig 2017



### Inscripcions:

[www.hj-crono.es](http://www.hj-crono.es)  
[info@hj-fitness.es](mailto:info@hj-fitness.es)  
Tel. 625 583 226



**H&Jfitness**  
[www.hj-fitness.es](http://www.hj-fitness.es)

### Més informació a:

Regidoria d'Esports  
Tel. 964 470 050 (Ext. 270; Ext. 204; Ext.107)  
[www.ajuntamentdebenicarlo.org](http://www.ajuntamentdebenicarlo.org)  
[correu.esports@ajuntamentdebenicarlo.org](mailto:correu.esports@ajuntamentdebenicarlo.org)  
[facebook.com/esports.benicarlo](https://facebook.com/esports.benicarlo)  
[twitter.com/esportbenicarlo](https://twitter.com/esportbenicarlo)

## 8. EN-forma-T (pla formació esportiva)

Les diferents accions formatives estan obertes a tothom. Contacta amb nosaltres per inscriure't en la que més t'interesse.

XERRADES TÈCNIQUES:	Col·labora	Data
HÀBITS NUTRICIONALS SALUDABLES. DEL COL·LEGI A L'ESPORTISTA D'ELIT	Col·legi de Nutricionistes	Per determinar
LESIONS ASOCIADES AL RUNNING I CURSES DE FONS. PREVENCIÓ I TRACTAMENT	Col·legi de Fisioterapeutes	Per determinar

JORNADES:	Col·labora	Data
JORNADES TÈCNIQUES PER A MONITORS ESCOLARS	IOCUM	setembre
JORNADES TÈCNIQUES PER A MONITORS D'ACTIVITATS D'ADULTS	IOCUM	setembre
PLA ESTRATÈGIC D' ESPORTS (Fase de consulta pública i aprovació)	Ampas, clubs, centres escolars	Octubre a desembre



### Més informació a:

Regidoria d'Esports  
Tel. 964 470 050 (Ext. 270; Ext. 204; Ext.107)  
[www.ajuntamentdebenicarlo.org](http://www.ajuntamentdebenicarlo.org)  
[correu.esports@ajuntamentdebenicarlo.org](mailto:correu.esports@ajuntamentdebenicarlo.org)  
[facebook.com/esports.benicarlo](https://facebook.com/esports.benicarlo)  
[twitter.com/esportbenicarlo](https://twitter.com/esportbenicarlo)

CURSOS FEDERATIUS:	Col·labora	Data
CURS D' ENTRENADOR DE HANDBOL (NIVEL 1)	FHCV C.Handbol Benicarló	Desembre

#### CONVENIS DE COL·LABORACIÓ EN FORMACIÓ ESPORTIVA:

www.xperfit.com (10% de descompte en qualsevol curs formatiu)

Subvencions anuals per a entitats esportives (subvencionen un percentatge de les accions formatives)

Cursos de formació de la Conselleria d'Educació, Cultura i Esport:

- Cursos i tallers de formació permanent: <http://www.esport.gva.es>
- Cursos per a entrenadors i tècnics esportius de la Comunitat Valenciana: <http://formaciondeportiva.es>



#### Més informació a:

Regidoria d'Esports

Tel. 964 470 050 (Ext. 270; Ext. 204; Ext.107)

[www.ajuntamentdebenicarlo.org](http://www.ajuntamentdebenicarlo.org)

[correu.esports@ajuntamentdebenicarlo.org](mailto:correu.esports@ajuntamentdebenicarlo.org)

[facebook.com/esports.benicarlo](https://facebook.com/esports.benicarlo)

[twitter.com/esportbenicarlo](https://twitter.com/esportbenicarlo)

## 9. GADE (Gabinet d'Ajuda a l'Esportista)

### QUÈ ÉS EL GADE?

- Es tracta d'un servei de prevenció i suport en la rehabilitació de lesions esportives. Està organitzat per la Regidoria d'Esports, en col·laboració amb el Club de Bàsquet Benicarló.
- El GADE no és un servei de massatge, per tant, es necessària la prescripció mèdica de rehabilitació.

### QUI POT ANAR AL GADE?

- ESPORTISTES DE CLUBS: han de portar la seua llicència del club.
- USUARIS DE PISCINA: han de portar carnet d'abonat o últim rebut.
- USUARIS D'ACTIVITATS MUNICIPALS: han de portar resguard de pagament.
- USUARIS D'ESPORT ESCOLAR: han de figurar en llistes d'admesos i anar acompanyats del pare, la mare o tutor.

### QUANT COSTA?

- El cost del servei és de 10 € (sessió de 25 min).

### I ELS HORARIS?

- Imprescindible cita prèvia.
- Contacte: (Diplomada Celia Brau) / [cbc@hotmail.com](mailto:cbc@hotmail.com)



### Més informació a:

Regidoria d'Esports  
Tel. 964 470 050 (Ext. 270; Ext. 204; Ext.107)  
[www.ajuntamentdebenicarlo.org](http://www.ajuntamentdebenicarlo.org)  
[correu.esports@ajuntamentdebenicarlo.org](mailto:correu.esports@ajuntamentdebenicarlo.org)  
[facebook.com/esports.benicarlo](https://facebook.com/esports.benicarlo)  
[twitter.com/esportbenicarlo](https://twitter.com/esportbenicarlo)

## 10. ESPORT ESCOLAR

### ORGANITZA:

Ajuntament de Benicarló (Regidoria d'Esports)



### COL·LABOREN:

Centres escolars, AMPA i entitats esportives de Benicarló

### EDATS:

Centres de primària: 3 a 12 anys / Centres de secundària: fins a 16 anys

### QUOTA:

Activitats gratuïtes (també hi haurà determinades activitats amb quota)

### ASSEGUANÇA:

Tots els xiquets i les xiquetes que s'hagen inscrit correctament amb els tríptics d'inscripció estan assegurats davant possibles accidents que puguen sorgir durant el desenvolupament de l'activitat per la Mútua General de l'Esportista.

### DATES D'INTERÉS:

QUÈ?	QUAN?	ON? I COM?
REPARTIMENT DE TRÍPTICS INFORMATIUS I D'INSCRIPCIÓ	A partir del 16 de setembre	Col·legis Instituts Edificis municipals Ajuntament (Regidoria d'Esports)
PREINSCRIPCIONS	16 al 26 de setembre	<b>Preinscripció online:</b> <a href="http://www.esportsbenicarlo.com">http://www.esportsbenicarlo.com</a> <b>Presencial:</b> -a l'Ajuntament: 9.30-14h -a les oficines de IOCUM (C/Dr. Fleming, 19 baix): 9.30-14h -als centres de primària: 12.45-13.30h (a centre anira un responsable per donar informació i recollir tríptics)
SORTEIG I LLISTES PROVISIONALS	Sorteig (27 setembre) Llistes provisionals (28 setembre)	Taulers d'anuncis dels col·legis Web municipal Ajuntament (Regidoria d'Esports)
INCIDÈNCIES I CANVIS DE GRUPS	28 setembre al 5 d'octubre	Taulers d'anuncis dels col·legis Web municipal Ajuntament (Regidoria d'Esports)
LLISTATS DEFINITIUS	6 d'octubre	Col·legis Instituts Instal·lacions esportives
INICI D'ACTIVITATS	10 d'octubre	Col·legis Instituts Instal·lacions esportives

### Més informació a:

Regidoria d'Esports

Tel. 964 470 050 (Ext. 270; Ext. 204; Ext.107)

[www.ajuntamentdebenicarlo.org](http://www.ajuntamentdebenicarlo.org)

[correu.esports@ajuntamentdebenicarlo.org](mailto:correu.esports@ajuntamentdebenicarlo.org)

[facebook.com/esports.benicarlo](https://facebook.com/esports.benicarlo)

[twitter.com/esportbenicarlo](https://twitter.com/esportbenicarlo)



**Més informació a:**

Regidoria d'Esports

Tel. 964 470 050 (Ext. 270; Ext. 204; Ext.107)

[www.ajuntamentdebenicarlo.org](http://www.ajuntamentdebenicarlo.org)

[correu.esports@ajuntamentdebenicarlo.org](mailto:correu.esports@ajuntamentdebenicarlo.org)

[facebook.com/esports.benicarlo](https://facebook.com/esports.benicarlo)

[twitter.com/esportbenicarlo](https://twitter.com/esportbenicarlo)



# 1 INFORMACIÓ GENERAL

**ORGANITZA:**  
Ajuntament de Benicarló (Regidoria d'Esports)

**COL·LABOREN:**  
Centres escolars, AMPA i entitats esportives de Benicarló

**DAT:**  
Centres de primària: 3 a 12 anys / Centres de secundària: fins a 16 anys

**QUOTA:**  
Activitats gratuïtes (també hi haurà determinades activitats amb quota)

**ASSEGURANÇA:**  
Tots els xiquets i les xiquetes que s'hagen inscrit correctament amb els triptics d'inscripció estan assegurats davant possibles accidents que puguen sorgir durant el desenvolupament de l'activitat per la Mútua General de l'Esportista.

**DATES D'INTERÉS:**

QUÈ?	QUAN?	ON? I COM?
DEPARTAMENT DE TRIPTICS INFORMATIUS I D'INSCRIPCIÓ	A partir del 16 de setembre	Col·legis Instituts Instal·lacions esportives Ajuntament (Regidoria d'Esports)
PREINSCRIPCIONS	16 al 26 de setembre	<b>Preinscripció online:</b> <a href="http://www.esportsbenicarlo.com">http://www.esportsbenicarlo.com</a> <b>Presencial:</b> - a l'Ajuntament: 9.30-14h - a les oficines de IOCUM (C/Dr. Fleming, 19 baix): 9.30-14h als centres de primària: 12.45-13.30h (el centre anirà un responsable per donar informació i recollir triptics)
SORTEIG I LLISTES PROVISIONALS	Sorteig (27 setembre) Llistes provisionals (28 setembre)	Taulers d'anuncis dels col·legis Web municipal Ajuntament (Regidoria d'Esports)
INCIDÈNCIES I ANVIS DE GRUPS	28 setembre al 5 d'octubre	Taulers d'anuncis dels col·legis Web municipal Ajuntament (Regidoria d'Esports)
LLISTATS DEFINITIU	6 d'octubre	Col·legis Instituts Instal·lacions esportives
INICI D'ACTIVITATS	10 d'octubre	Col·legis Instituts Instal·lacions esportives

# 2 NORMATIVA DEL PROGRAMA ESPORT ESCOLAR

**INSCRIPCIONS:**

- Aquesta PREINSCRIPCIÓ comporta l'acceptació de totes les bases.
- La participació en el Programa d'Esport Escolar és GRATUÏTA. Per tant, s'exigeix la màxima responsabilitat als pares dels xiquets/es en allò que es refereix a la inscripció dels seus fills i la participació en les lligues escolars. L'èxit de les activitats té molt a veure amb la continuïtat en la participació de totes els xiquets/es.
- En les inscripcions es donarà prioritat als xiquets/es que no pertanyen a cap club (es dona prioritat a la participació).
- El fet d'emplenar la PREINSCRIPCIÓ no dona dret a plaça en les activitats. Ja que per a aquelles activitats d'aforament limitat, es realitzarà un sorteig d'adjudicació. Amb la resta d'interessats en l'activitat es constituirà una llista d'espera.
- Tots els xiquets/es inscrits en activitats gratuïtes perdran el dret a plaça si tenen una absència de **3 dies sense causa justificada**. La seua vacant s'oferirà al primer xiquet/a de la llista d'espera del seu esport.
- L'organització del programa es reserva el dret d'agrupar horaris i/o grups, si algun no arriba a l'aforament mínim establert. Fins i tot, es pot anul·lar algun grup davant la falta de monitors.
- En casos de mal comportament amb la resta de xiquets i xiquetes envers les instal·lacions, monitors, etc. es podrà perdre el dret a plaça.
- Si un xiquet o xiqueta amb plaça, posteriorment, decideix formar part d'un club, s'oferirà la seua plaça al següent de la llista d'espera del seu esport en el seu respectiu col·legi.
- Cada xiquet o xiqueta té dret a preinscriure's en fins a DOS activitats esportives, tot i que això no significa tindre dret a plaça. Si continua havent més demanda que aforament en aquestes activitats, també es realitzarà un sorteig d'adjudicació.
- Les preinscripcions s'han d'entregar a les **AMPA, AJUNTAMENT o PROFESSORS D'EDUCACIÓ FÍSICA ó VIRTUALMENTE (ONLINE): <http://www.esportsbenicarlo.com>**
- La falsificació de signatures, dades o informació del participant en el FULL D'INSCRIPCIÓ, comportarà automàticament la seua baixa en l'activitat. De la mateixa forma, per motius d'assegurança esportiva i no duplicat de dades, qualsevol preinscripció amb dades falses, incorrectes o errades, podrà ser desestimada, inclòs després d'haver sigut acceptada.
- D'acord amb la Llei Orgànica 15/1999, de 13 de desembre, de Protecció de Dades de Caràcter Personal, la Regidoria d'Esports us fa saber que les vostres dades personals s'inclouran en un fitxer amb titularitat de la Regidoria d'Esports amb la finalitat exclusiva de la gestió interna de les seues activitats organitzades. Teniu la possibilitat de sol·licitar els vostres drets d'accés, rectificació, cancel·lació i oposició prevista en aquesta Llei, mitjançant una carta dirigida a la Regidoria d'Esports (c. de Ferreres Bretó, 10. 12580. Benicarló)

# COMPETICIONS I JOCS ESPORTIUS COMARCALS "BENICARLO-CASTELLÓ NORD"

- No es pot competir als jocs esportius comarcals, si el xiquet/a està federat en el mateix esport amb un club.
- Els xiquets/es participants en la competició han de ser responsables amb la resta de participants i companys, per tant, es demana la màxima serietat i continuïtat en l'assistència dels xiquets/es.
- És obligatori tindre l'equipació de competició del seu col·legi, si l'alumne realitza competicions escolars.
- Les equipacions tenen un preu de 13 € (samarreta, pantaló i serigrafia) i es poden adquirir directament a: **Esports Arin: C. del crist de la mar, 169 (tel. 964 460156)**
- Horaris i dates de competicions: [www.ajuntamentdebenicarlo.org](http://www.ajuntamentdebenicarlo.org)
- Categories:

CATEGORI	SEXE	NASCUTS EN	EDAT	CURS (excepte repetidors)
Prebenjami	Mixta	2009 - 2010	6 - 7	1r i 2n
Benjami	Mixta	2007 - 2008	8 - 9	3r i 4t
Alevi	Mixta	2005 - 2006	10 - 11	5è i 6è
Infantil	Masculina / Femenina	2003 - 2004	12 - 13	1r i 2n ESO
Cadet	Masculina / Femenina	2001 - 2002	14 - 15	3r i 4t ESO
Juvenil	Masculina / Femenina	1999 - 2000	16 - 17	BATXILLERAT

# 3 EQUIPACIONS ESCOLARS

- Les equipacions escolars son equipacions de cada centre, es a dir, serveixen per a qualsevol esport inclòs dins del ESPORT ESCOLAR, que l'alumne realitze. Per tant, si es canvia d'activitat al curs següent, li seguirà servint la equipació del seu centre.
- És obligatori tindre l'equipació de competició del seu col·legi, si l'alumne realitza competicions escolars.
- Les equipacions tenen un preu de 13 € (samarreta, pantaló i serigrafia) i es poden adquirir directament a: **Esports Arin: C. del crist de la mar, 169 (tel. 964 462 017)**



**AJUNTAMENT DE BENICARLÓ**  
Regidoria d'Esports  
Tel. 964 470 050 (Ext. 270; Ext. 204; Ext.107)  
[www.ajuntamentdebenicarlo.org](http://www.ajuntamentdebenicarlo.org)  
[correu.esports@ajuntamentdebenicarlo.org](mailto:correu.esports@ajuntamentdebenicarlo.org)  
[facebook.com/esports.benicarlo](https://facebook.com/esports.benicarlo)  
[twitter.com/esportbenicarlo](https://twitter.com/esportbenicarlo)



curs 2016/2017



PUBLICAT 1.964.97.95.00

**Organitza:**  
Ajuntament de Benicarló

**Col·laboren:**  
GENERALITAT VALENCIANA, IOCUM, arin, PECCERA COBERTA MUNICIPAL DE BENICARLÓ, and #BEACTIVE logo.





## ACTIVITATS A LES INSTAL·LACIONS ESPORTIVES MUNICIPALS:

1. NATACIÓ TERAPÈUTICA: És condició **imprescindible saber nadar** (es realitzarà una prova de nivell) i és **obligatori certificat del metge**.
2. ESPORTS ALTERNATIUS: s'informarà previament amb circular, dels dies i llocs de l'activitat, així com si els xiquets han de portar algun material esportiu.

ACTIVITAT	CURS	EDAT	DIES	HORES	LLOC	OBSERVACIONS
ESCACS	2n, 3r, 4t, 5è, 6è	7-9 10-11	G.1: Dilluns, dimecres G.2: Dilluns, dimecres	17.00 - 18.00 17.00 - 18.00	Club Ajedrez Benicarló	
G. RÍTMICA	1r, 2n, 3r, 4t	6-7 8-9	G.1: Dimarts, dijous G.2: Dimarts, dijous	17.00 - 18.00 17.00 - 18.00	Pavelló Municipal (sala polivalent)	
JUDO	2n, 3r, 4t, 5è, 6è	7-9 10-11	G.1: Dilluns, dimecres G.2: Dilluns, dimecres	17.00 - 18.00 18.00 - 19.00	Pavelló Municipal (tatami)	No es obligatòria la llicència federativa si no es competeix a nivell provincial
TRIATLÓ	2n, 3r, 4t, 5è, 6è	7-9 10-11	G.1: Dilluns, dimecres G.2: Dilluns, dimecres	DL: 17.00 - 18.00 Dc: 19.00 - 19.45	Pistes Atletisme (Dl) Piscina Municipal (Dc)	
NATACIÓ TERAPÈUTICA	5è, 6è ESO	10-11 12-14	G.1: Dilluns G.2: Dimecres	19.00 - 19.45 19.00 - 19.45	Piscina Municipal	És obligatori certificat de prescripció del metge.
ESPORTS ALTERNATIUS	3r, 4t, 5è, 6è ESO i BATX	8-9 10-11 12-16	G.1: Dilluns, dimecres G.2: Dilluns, dimecres G.3: Dilluns, dimecres	17.00 - 18.00 17.00 - 18.00 17.00 - 18.00	CEIP Marqués de Benicarló	tennis, pádel, frontó, badminton, tennis taula, pista valenciana, hoquei, patinatge, acrogim, volei, rugbi, esgrima, atlegim, etc.

## ACTIVITATS ALS CENTRES ESCOLARS:

ESPORTS ALTERNATIUS (inclou): hoquei, patinatge, acrogim, volei, rugbi, esgrima, beisbol, copbol.

ACTIVITAT	CURS	EDAT	DIES	ANY	HORES	ESPAI	OBSERVACIONS
CEIP MARQUÉS DE BENICARLÓ							
PSICO-MOTRICIDAD	P 3 P4, P5	3 4-5	G.1: Dilluns, dimecres G.2: Dimarts, dijous	2013 2012, 2011	15.30 - 16.30 15.30 - 16.30	Frontó Frontó	
MULTIESPORT	1r 2n	6 7	G.1: Dimarts, dijous G.2: Dilluns, dimecres	2010 2009	15.30 - 16.30 15.30 - 16.30	Pista de futbol sala - 1 Pista de futbol sala - 2/minibàsquet	
ATLETISME	2n, 3r, 4t, 5è, 6è	7-9 10-11	G.1: Divendres G.2: Divendres	2009, 2008, 2007 2006, 2005	15.30 - 16.30 15.30 - 16.30	Pista de futbol sala - 1 Pista de futbol sala - 2/minibàsquet	L'alumne no es pot inscriure un dia a cada activitat.
ESPORTS ALTERNATIUS	2n, 3r, 4t, 5è, 6è	7-9 10-11	G.1: Dilluns, dimecres G.2: Dimarts, dijous	2009, 2008, 2007 2006, 2005	15.30 - 16.30 15.30 - 16.30	Pista de futbol sala Pista de futbol sala	L'inscripció obliga a l'assistència els dos dies.
BÀSQUET	2n, 3r, 4t, 5è, 6è	7-9 10-11	G.1: Dilluns, dimecres G.2: Dilluns, dimecres	2009, 2008, 2007 2006, 2005	16.30 - 17.30 16.30 - 17.30	Pista de minibàsquet - 1 Pista de minibàsquet - 2	
FUTBOL SALA	2n, 3r, 4t, 5è, 6è	7-9 10-11	G.1: Dimarts, dijous G.2: Dilluns, dimecres	2009, 2008, 2007 2006, 2005	16.30 - 17.30 16.30 - 17.30	Pista de futbol sala - 1 Pista de futbol sala - 1	
HANDBOL	2n, 3r, 4t, 5è, 6è	7-9 10-11	G.1: Dimarts, dijous G.2: Dimarts, dijous	2009, 2008, 2007 2006, 2005	16.30 - 17.30 16.30 - 17.30	Pista minihandbol - 1 Pista minihandbol - 2	
CEIP E. MARTINEZ RODENAS							
PSICO-MOTRICIDAD	P 3 P4, P5	3 4-5	G.1: Dilluns, dimecres G.2: Dimarts, dijous	2013 2012, 2011	12.30 - 13.30 12.30 - 13.30	Sala de psicomotricitat	
MULTIESPORT	1r 2n	6 7	G.1: Dimarts, dijous G.2: Dilluns, dimecres	2010 2009	12.30 - 13.30 12.30 - 13.30	Pista de futbol sala - 1 Pista de futbol sala - 2/minibàsquet	
ATLETISME	2n, 3r, 4t, 5è, 6è	7-9 10-11	G.1: Divendres G.2: Divendres	2009, 2008, 2007 2006, 2005	12.30 - 13.30 12.30 - 13.30	Pista de futbol sala - 1 Pista de futbol sala - 2/minibàsquet	L'alumne no es pot inscriure un dia a cada activitat.
ESPORTS ALTERNATIUS	2n, 3r, 4t, 5è, 6è	7-9 10-11	G.1: Dilluns, dimecres G.2: Dimarts, dijous	2009, 2008, 2007 2006, 2005	12.30 - 13.30 12.30 - 13.30	Pista de futbol sala/minibàsquet - 2 Pista de futbol sala/minibàsquet - 2	L'inscripció obliga a l'assistència els dos dies.
BÀSQUET	2n, 3r, 4t, 5è, 6è	7-9 10-11	G.1: Dilluns, dimecres G.2: Dilluns, dimecres	2009, 2008, 2007 2006, 2005	16.30 - 17.30 16.30 - 17.30	Pista de futbol sala/minibàsquet - 2 Pista de futbol sala/minibàsquet - 2	
FUTBOL SALA	2n, 3r, 4t, 5è, 6è	7-9 10-11	G.1: Dimarts, dijous G.2: Dilluns, dimecres	2009, 2008, 2007 2006, 2005	16.30 - 17.30 16.30 - 17.30	Pista de futbol sala - 1 Pista de futbol sala - 1	
HANDBOL	2n, 3r, 4t, 5è, 6è	7-9 10-11	G.1: Dimarts, dijous G.2: Dimarts, dijous	2009, 2008, 2007 2006, 2005	16.30 - 17.30 16.30 - 17.30	Pista de futbol sala - 1 Pista de futbol sala - 2/minibàsquet	

ACTIVITAT	CURS	EDAT	DIES	ANY	HORES	ESPAI	OBSERVACIONS
CEIP ÀNGEL ESTRAN							
PSICO-MOTRICIDAD	P 3 P4, P5	3 4, 5	G.1: Dilluns, dimecres G.2: Dimarts, dijous	2013 2012, 2011	15.30 - 16.30 15.30 - 16.30	Gimnàs cobert	
MULTIESPORT	1r 2n	6 7	G.1: Dimarts, dijous G.2: Dilluns, dimecres	2010 2009	15.30 - 16.30 15.30 - 16.30	Pista de futbol sala - 1 Pista de futbol sala - 1	
ATLETISME	2n, 3r, 4t, 5è, 6è	7-9 10-11	G.1: Divendres G.2: Divendres	2009, 2008, 2007 2006, 2005	15.30 - 16.30 15.30 - 16.30	Pista de futbol sala - 1 Pista de futbol sala - 2	L'alumne no es pot inscriure un dia a cada activitat.
ESPORTS ALTERNATIUS	2n, 3r, 4t, 5è, 6è	7-9 10-11	G.1: Dilluns, dimecres G.2: Dimarts, dijous	2009, 2008, 2007 2006, 2005	15.30 - 16.30 15.30 - 16.30	Pista de futbol sala - 2 Pista de futbol sala - 2	L'inscripció obliga a l'assistència els dos dies.
BÀSQUET	2n, 3r, 4t, 5è, 6è	7-9 10-11	G.1: Dilluns, dimecres G.2: Dilluns, dimecres	2009, 2008, 2007 2006, 2005	16.30 - 17.30 16.30 - 17.30	Pista de minibàsquet - 1 Pista de minibàsquet - 2	
FUTBOL SALA	2n, 3r, 4t, 5è, 6è	7-9 10-11	G.1: Dimarts, dijous G.2: Dilluns, dimecres	2009, 2008, 2007 2006, 2005	16.30 - 17.30 16.30 - 17.30	Pista de futbol sala - 1 Pista de futbol sala - 1	
HANDBOL	2n, 3r, 4t, 5è, 6è	7-9 10-11	G.1: Dimarts, dijous G.2: Dimarts, dijous	2009, 2008, 2007 2006, 2005	16.30 - 17.30 16.30 - 17.30	Pista de futbol sala - 2 Pista de futbol sala - 2	
CEIP F. CATALAN							
PSICO-MOTRICIDAD	P 3 P4, P5	3 4, 5	G.1: Dilluns, dimecres G.2: Dimarts, dijous	2013 2012, 2011	12.30 - 13.30 12.30 - 13.30	Hall d'entrada	
MULTIESPORT	1r 2n	6 7	G.1: Dimarts, dijous G.2: Dilluns, dimecres	2010 2009	12.30 - 13.30 12.30 - 13.30	Pista de futbol sala Pista de futbol sala	
ATLETISME	2n, 3r, 4t, 5è, 6è	7-9 10-11	G.1: Divendres G.2: Divendres	2009, 2008, 2007 2006, 2005	12.30 - 13.30 12.30 - 13.30	Pista de futbol sala Pista de futbol sala	L'alumne no es pot inscriure un dia a cada activitat.
ESPORTS ALTERNATIUS	2n, 3r, 4t, 5è, 6è	7-9 10-11	G.1: Dilluns, dimecres G.2: Dimarts, dijous	2009, 2008, 2007 2006, 2005	12.30 - 13.30 12.30 - 13.30	Pati posterior i Pista de minibàsquet Pati posterior i Pista de minibàsquet	L'inscripció obliga a l'assistència els dos dies.
BÀSQUET	2n, 3r, 4t, 5è, 6è	7-9 10-11	G.1: Dilluns, dimecres G.2: Dilluns, dimecres	2009, 2008, 2007 2006, 2005	16.30 - 17.30 16.30 - 17.30	Pista de minibàsquet Pista de minibàsquet	
FUTBOL SALA	2n, 3r, 4t, 5è, 6è	7-9 10-11	G.1: Dimarts, dijous G.2: Dilluns, dimecres	2009, 2008, 2007 2006, 2005	16.30 - 17.30 16.30 - 17.30	Pista de futbol sala Pista de futbol sala	
HANDBOL	2n, 3r, 4t, 5è, 6è	7-9 10-11	G.1: Dimarts, dijous G.2: Dimarts, dijous	2009, 2008, 2007 2006, 2005	16.30 - 17.30 16.30 - 17.30	Pista de futbol sala (dimarts) Pati posterior (dijous)	
N. SRA. DE LA CONSOLACIÓ							
PSICO-MOTRICIDAD	P 3 P4, P5	3 4, 5	G.1: Dilluns, dimecres G.2: Dimarts, dijous	2013 2012, 2011	16.30 - 17.30 16.30 - 17.30	Pavelló La Consolació	
MULTIESPORT	1r 2n	6 7	G.1: Dimarts, dijous G.2: Dilluns, dimecres	2010 2009	16.30 - 17.30 16.30 - 17.30	Pati i Pavelló Pati i Pavelló	L'alumne no es pot inscriure un dia a cada activitat.
ATLETISME	2n, 3r, 4t, 5è, 6è	7-9 10-11	G.1: Divendres G.2: Divendres	2009, 2008, 2007 2006, 2005	16.30 - 17.30 16.30 - 17.30	Pavelló de la Consolació	
BÀSQUET	2n, 3r, 4t, 5è, 6è	7-9 10-11	G.1: Dilluns, dimecres G.2: Dilluns, dimecres	2009, 2008, 2007 2006, 2005	16.30 - 17.30 16.30 - 17.30	Pati (pista de futbol sala)	L'inscripció obliga a l'assistència els dos dies.
FUTBOL SALA	2n, 3r, 4t, 5è, 6è	7-9 10-11	G.1: Dimarts, dijous G.2: Dilluns, dimecres	2009, 2008, 2007 2006, 2005	17.00 - 18.00 17.00 - 18.00	Pavelló Municipal (Ext. 1) Pavelló Municipal (Ext. 1)	
HANDBOL	2n, 3r, 4t, 5è, 6è	7-9 10-11	G.1: Dimarts, dijous G.2: Dimarts, dijous	2009, 2008, 2007 2006, 2005	16.30 - 17.30 16.30 - 17.30	Pati (pista de futbol sala)	
IES JOAN COLOMINS							
FUTBOL SALA	Infantils Cadets	12-13 14-15	G.1: Dimarts, dijous G.2: Dilluns, dimecres	2003, 2004 2001, 2002	16.00 - 17.00 16.00 - 17.00	Pavelló Municipal (pista goma) Pavelló Municipal (pista goma)	
IES RAMÓN CÍD							
FUTBOL SALA	Infantils Cadets	12-13 14-15	G.1: Dimarts, dijous G.2: Dilluns, dimecres	2003, 2004 2001, 2002	16.00 - 17.00 16.00 - 17.00	Pavelló Municipal (pista goma) Pavelló Municipal (pista goma)	
IES LA SALLE							
FUTBOL SALA	Infantils Infantils Cadets Cadets Femení	12-13 12-13 14-15 14-15 12-15	G.1: Dilluns, dimecres G.2: Dilluns, dimecres G.3: Dimarts, dijous G.4: Dimarts, dijous G.5: Dilluns, dimecres	2003, 2004 2003, 2004 2001, 2002 2001, 2002 2001, 2004	17.15 - 18.15 17.15 - 18.15 17.15 - 18.15 17.15 - 18.15 17.15 - 18.15	Pista (dl), pavelló Salle (dc) Pavelló Salle (dl), pista (dc) Pista Marynton Pista Marynton Pista (dm), pavelló Salle (dj)	

1. OBLIGATORI, EMPLENEU **TOTS** ELS CAMPS **EN MAJÚSCULES**
2. LES PREINSCRIPCIONS NO EMPLENADES CORRECTAMENT NO S'ACCEPTARAN

PARE / MARE / TUTOR

NOM: \_\_\_\_\_

COGNOMS: \_\_\_\_\_

TEL.: \_\_\_\_\_ MÒBIL (obligatori): \_\_\_\_\_

CORREU ELECTRÒNIC (obligatori): \_\_\_\_\_

XIQUET/A PARTICIPANT

COL·LEGI: \_\_\_\_\_

CURS: \_\_\_\_\_

LLETRA: \_\_\_\_\_

NOM: \_\_\_\_\_

COGNOMS: \_\_\_\_\_

EDAT: \_\_\_\_\_

DATA NAIXEMENT: \_\_\_\_\_

DOMICILI: \_\_\_\_\_

TALLA EQUIPACIÓ (assenyaleu-la amb una X):

8-9  10-12  12-14  S  M  L  XL  XXL 

## ESPORTS QUE ES VOLEN PRACTICAR (vegeu horaris)

ESPORTS	DIES	HORARI	Aquesta preinscripció es pot entregar:
OPCIÓ 1a			-a l'Ajuntament: 9.30-14h -a les oficines de IOCUM: 9.30-14h Direcció: Dr. Fleming, 19 baix. Telf: 630294363
OPCIÓ 2a			-als centres de primària: 12.45-13.30h (a centre anira un responsable per donar informació i recollir tríptics)

Pertany a algun club?  SÍ  NO

SIGNATURA: \_\_\_\_\_

PARE/MARE/TUTOR

ENTREGUEU-HO A L'AMPA