



Guia d'activitats esportives i de lleure



AJUNTAMENT DE SALOU

ESTIU 2013



AJUNTAMENT DE SALOU



Compromís amb l'esport per a tots

Benvolguts ciutadans i ciutadanes,

Amb aquest nou programa d'activitats esportives d'estiu que teniu a les mans, l'Ajuntament vol subscirure el seu ferm compromís amb la promoció de la pràctica esportiva, així com la seva voluntat de satisfer les inquietuds dels ciutadans en l'esport com a forma de lleure.

L'esport a Salou ocupa un lloc rellevant tant des del punt de vista participatiu amb l'esport de base com a motor d'activitat i creixement pel municipi. Recenment, Salou ha estat reconegut com a Destinació de Turisme Esportiu acreditant la qualitat dels serveis i instal·lacions relacionades amb l'esport. Això ha estat possible, gràcies a l'esforç de tots, administració, sector privat i com no, associacions i clubs.

El sentit però d'aquesta guia que avui presentem és recollir les manifestacions de l'esport local i de l'esport de base, i impulsar programes d'iniciació i aprenentatge que van estretament lligades a una sana forma d'ocupar el temps de lleure.

Precisament aquesta activitat esportiva entesa com a activitat lúdica és, amb aquesta programació que teniu a les mans, la que pretenem promoure sobretot pels col·lectius infantil i juvenil; la qual cosa a fet que s'apostés cada cop més per a l'organització de programes dirigits que satisfacin les inquietuds esportives d'entreteniment, alhora que introdueixen els nostres joves al treball en equip, la convivència i la participació.

Per tant, el nostre compromís no és solament anar adaptant Salou a la realitat i a les seves necessitats, sinó dinamitzar la societat perquè participi en aquelles activitats que suposen també la formació integral dels joves aprenent hàbits saludables i valors cívics. L'esport suposa, sens dubte, un espai i una oportunitat per aquest objectiu.

Pere Granados
Alcalde de Salou

L'educació en el lleure i l'esport

A l'iniciar la nova campanya estiuenca, la Regidoria d'Esports torna a presentar alternatives lúdiques i esportives per a gaudir i aprofitar el temps de lleure. La oferta que podeu consultar en aquesta guia conté tantes possibilitats d'aprendre com de compartir experiències mitjançant diferents activitats i modalitats esportives. L'escenari privilegiat, les instal·lacions de les que disposa el municipi i l'entusiasme de les entitats i clubs són els elements bàsics per crear aquest ampli ventall d'activitats.

El nostre objectiu també és el foment del lleure així com crear espais de coneixement mutu i de convivència, on l'esport aporti també valors humans i s'impliqui en la cohesió de la nostra societat. Per això, és el meu desig que el llibret que teniu a les mans el repasseu amb atenció perquè conte tota la informació imprescindible d'activitats d'estiu i forma d'inscripció que es desenvoluparan a les diferents instal·lacions municipals i en altres instal·lacions d'escoles i entitats esportives, a les quals agraeixo la seva col·laboració. Esperem que aquesta temporada, ciutadans i visitants gaudeixin de Salou i el seu entorn, practicant l'esport, vivint noves experiències tot compartint les activitats que aquí proposem. Des de la regidoria d'Esports us anirem a aprofitar aquesta oportunitat i agrairé l'esforç realitzat per les entitats per fer-ho possible un any més.

Felip Ortiz
Regidor d'Esports

AGENDA ESPORTIVA D'ESTIU 2013

3, 4 i 5 de MAIG

III EXTREME MAN Salou-Costa Dorada

Lloc: Passeig Jaume I
Organitza: Club Triatló Marina
Col·labora: Ajuntament de Salou

25 i 26 de MAIG

XVIII JUGUEM A LA PLATJA

Lloc: Platja de Ponent
Informació: Àrea d'Esports
Organitza: Ajuntament de Salou

del 30 de JUNY al 4 de JULIOL

COSTA DORADA CUP FUTBOL-SALA

Lloc: Pavelló Municipal d'Esports
Organitza: Valencia Sport
Col·labora: Ajuntament de Salou

de l'1 de JULIOL al 30 d'AGOST

ESCOLA ESPORTIVA D'ESTIU 2013

Lloc: Instal·lacions esportives municipals
Informació: Recepció Piscina Municipal
Organitza: Ajuntament de Salou

de l'1 de JULIOL al 31 d'AGOST

CLUB INFANTIL DE PLATJA

Lloc: Platja de Llevant
Horari: d'11.00 a 18.00 h
Organitza: Ajuntament de Salou

de l'1 de juliol al 8 de SETEMBRE

ZONA ESPORTIVA DE PLATJA

Lloc: Platja de Llevant
Horari: de 10.00 a 20.00 h
Organitza: Ajuntament de Salou

7 de JULIOL

MULLA'T PER L'ESCLEROSI

Lloc: Piscina Municipal
Col·labora: Ajuntament de Salou

27 i 28 de JULIOL

XV CAMPIONAT CATALUNYA VOLEI PLATJA

Lloc: Platja de Llevant
Organitza: Federació Catalana Voleibol
Col·labora: Ajuntament de Salou

ESTIU

CIRCUIT JUVENIL D'ESTIU 2013

Lloc: Club de Tennis Salou
Organitza: Club Tennis Salou

2 i 3 d'AGOST

II TORNEIG SOLIDARI FUTBOL-7

Lloc: Estadi Municipal
Organitza: Àrea d'Esports i Associació
 Oncològica Amadeu Pelegrí
 La recaptació es destinarà
 a l'investigació del càncer

del 5 al 10 d'AGOST

TORNEIG FUTBOL PLATJA

Lloc: Platja de Llevant
 (davant Patronat Turisme)
Col·labora: Ajuntament de Salou

24 d'AGOST

XXXIX TORNEIG FUTBOL SALOU PLATJA D'EUROPA

Lloc: Estadi Municipal
Organitza: UD Salou
Col·labora: Ajuntament de Salou

del 5 al 8 de SETEMBRE

REGATA REI EN JAUME

Lloc: Club Nàutic de Salou
Organitza: Club Nàutic Salou
Col·labora: Ajuntament de Salou

8 de SETEMBRE

XXI MARXA CICLOTURISTA SALOU PLATJA D'EUROPA

Sortida: Pg. Jaume I - Pl. de les Comunitats
Organitza: BBT Salou
Col·labora: Ajuntament de Salou



AJUNTAMENT DE SALOU

agenda esportiva d'estiu 2013

Zona Esportiva de Platja

Platja de Llevant

Lloc	Dies	Horari diari
ZEP Passeig Jaume I	1 de juliol al 8 de setembre	10.00 a 20.00 h

Servei permanent de monitors

Club infantil

Dies	Horari	Preu
1 de juliol al 31 d'agost	diari d'11.00 a 18.00 h	Preu 1h: 3,00 €
		Preu 2h: 4,90 €
		Preu 3h: 7,20 €

Servei Gimnàs Fitness i musculació

Dies	Horari	Preu
1 de juliol al 8 de setembre	diari d'10.00 a 20.00 h	Preu dia: 3,85 €
		Preu setmana: 18,40 €

Esports i activitats

- Bàsquet
- Voleibol
- Pales
- Futbol-platja
- Badminton
- Indiaka
- korfbal
- Club infantil
- Zona de jocs i activitats
- Classes d'aeròbic
- Classes de gimnàstica

Tots els serveis s'ofereixen amb monitors especialitzats.
Préstec de material esportiu i jocs.

Organització de competicions:

Volei-platja • Futbol-sala • Bàsquet
Tennis Taula • Escacs

Classes dirigides gratuïtes diàries. **Matí a les 10.15 i a les 11.15 h.**

Informació:

- L'ús de les instal·lacions és gratuït excepte a la sala de fitness-musculació i el servei de Club Infantil.
- Per utilitzar el servei de préstec de material caldrà deixar DNI, etc.
- Els temps d'ocupació de les pistes de joc els distribueixen els monitors.
- Els abonats a fitness del Pavelló Municipal poden gaudir gratuïtament de les instal·lacions del gimnàs.

PISCINA MUNICIPAL

La programació que es detalla a continuació és la proposada per la temporada d'estiu 2013

HORARIS DE LA PISCINA de l'1 de juliol al 8 de setembre de 2013

PISCINA
MUNICIPAL

DIES	HORARIS
dilluns a divendres	8.00 a 21.00 h
dissabtes	9.00 a 20.00 h
diumenges	10.00 a 14.00 h

La Piscina romandrà tancada els dies festius intersetmanals. Si per qualsevol circumstància es tingués que tancar s'avisaria als usuaris amb la suficient antelació. Els usuaris han de deixar la Piscina i la resta d'espais esportius 15 minuts abans del tancament de les instal·lacions.

Diferents tipus de modalitat d'abonament a la piscina municipal.

ABO-AQUA

TIPUS	MENSUAL	TRIMESTRAL	ANUAL
Familiar	36,35 €	103,20 €	364,30 €
Adult	17,45 €	47,50 €	169,60 €
Infantil /Jubilat	14,25 €	38,95 €	140,95 €
Adult matins ⁽¹⁾	12,45 €	32,30 €	
Jubilat matins ⁽²⁾	10,80 €	29,00 €	

⁽¹⁾ ⁽²⁾ Vàlids només en horari de matins.

Horari de sortida de les instal·lacions abans de les 14.00 hores.

ABONAMENT FAMILIAR: Inclou els pares i tots els fills menors de 16 anys.

ABONAMENT ADULT: A partir de 16 anys.

ABONAMENT INFANTIL: De 6 a 16 anys.

ABONAMENT JUBILAT: A partir de 65 anys o acreditant situació.

Quotes d'inscripció	Preu
ADULTS	22,30 €
INFANTIL i JUBILAT	16,95 €
ABONAMENT FAMILIAR cada membre de l'abonament	16,95 €

piscina municipal

ALTRES SERVEIS

Entrades puntuals	Preu
Entrada adult	4,90 €
Entrada infantil / jubilats	3,75 €

Abonaments 10 banys	Preu
Adult	40,75 €
Infantil / jubilats	30,70 €

Les entrades puntuals a la Piscina només són vàlides per a la sessió (matí o tarda).

Els abonaments de 10 banys tenen una vigència de 90 dies.

Els menors de 14 anys han d'entrar acompanyats d'un adult major de 18 anys.

CLASSES DE NATACIÓ PARTICULARS

Tipus classe	Preu
fins a 2 alumnes	30,60 € / hora
fins a 3 alumnes	39,35 € / hora
fins a 4 alumnes	50,45 € / hora

***Per les tasques de manteniment anual la
piscina romandrà tancada del 25 al 30 de juny de 2013
ambdós inclusiu.***

En cas que per causes tècniques fos necessari el tancament de la instal·lació, només es tindrà dret a devolució de la part proporcional de la quota quan el tancament superi els 10 dies. Comptant l'onzè dia com a primer dia de devolució.

Dies festius

15 d'agost
11 de setembre

ABONAMENTS ACTIUS

(Piscina, fitness, activitats dirigides)

Podràs combinar la piscina, la sala de fitness i les activitats dirigides.

QUOTA D'INSCRIPCIÓ	QUOTA DE MANTENIMENT
22,30 €	7,55 € / mes

La quota de manteniment et permet mantenir la condició d'abonat durant el període que no es pugui assistir. Cal comunicar-ho prèviament per sol·licitar l'aplicació d'aquesta tarifa.

TIPUS D'ABONAMENTS

Abo-FIT-ACTIU	Fitness + Activitats	33,50 €
Abo-PLUS	Piscina + Fitness + Activitats	43,25 €

Abonament Fit-Actiu

Donen dret a utilitzar l'espai anomenat sala de fitness, dins de l'horari establert. Utilització lliure de material cardiovascular, isotònic, pes lliure i aquelles activitats dirigides que s'incloguin en l'oferta (estiraments- abdominals). Espai sempre assistit per monitor especialitzat. Entrenaments personalitzats.

Donen dret a participar en qualsevol de les activitats programades, excepte en les que requereixen suplement, i sempre i quan l'aforament de la sala on es fa l'activitat ho permeti, en cas que l'aforament estigui complert haurà d'anar a un altre espai. No es garanteix plaça.

Activitats incloses en l'abonament:

Aeròbic, GAP, Latino, TBC, Body Step, Ciclo-Indoor, Sempre en forma, Powerfit I, Aquagym, Gimnàstica de Manteniment, Bosu, Pilates, Capton, Estiraments, Abdominals i Treball Cos i Ment.

*En funció de l'època de l'any es pot modificar, cancel·lar o afegir l'oferta d'activitats dirigides

Descomptes en altres activitats

50% en altres activitats dirigides i aquelles que es comuniquin de nova creació i que no estiguin en l'oferta actual.

Abonament PLUS

Inclou l'abonament FIT-ACTIU i dona dret a utilitzar la piscina amb bany lliure, més sauna i bany de vapor. No inclou la utilització del material i els cursets de natació.

Descomptes en altres activitats

50% en activitats dirigides d'aigua (cursets de natació, Aquagym i Matronatació)

HORARIS SALA FITNESS

Dies	Horaris
dilluns a divendres	8.00 a 22.00 h
dissabtes	9.00 a 14.00 h

abonaments

OBSERVACIONS

Observacions per Abonaments/Abonats

- Es considerarà persona Abonada a aquella que disposi del passí per accedir a les instal·lacions en qualsevol de les seves modalitats de forma regular i continuada. La persona *Abonada* gaudirà de descomptes en totes les activitats en les que s'indiqui aquest avantatge, sempre que tinguin l'abonament actualitzat a tots els efectes. Tots aquests tipus d'abonaments impliquen que s'ha de pagar la quota regular encara que no s'hagin utilitzat les instal·lacions. Les categories dels abonaments identifiquen la modalitat de pagament escollida per l'usuari.
- Al inscriure's es paga la quota d'inscripció i el primer mes o període en targeta bancària. Les renovacions i següents pagaments s'hauran de fer mitjançant domiciliació bancària.
- Els períodes dels abonaments son per mesos naturals
- Les inscripcions mensuals es faran per períodes naturals, i es pagaran per ponderació al dia de l'alta .
- Es causarà baixa automàticament quan es degui un rebut emès. Als impagats per devolució bancària se'ls aplicarà les despeses. Per tornar a inscriure's haurà de pagar novament la quota d'inscripció i els pagaments pendents.
- S'aplicaran les normes administratives generals vigents de l'Àrea d'Esports
- Tot aquell que incompleixi la normativa d'ús de les instal·lacions municipals hi que provoqui desperfectes de forma conscient a les mateixes causarà baixa automàticament.

Cal notificar personalment la baixa o no renovació d'un abonament a la recepció de la Piscina Municipal per escrit i abans d'iniciar el següent període.

- Tota aquella persona que tingui pagaments pendents de qualsevol activitat o programació organitzada per l'Àrea d'Esports de l'Ajuntament de Salou, no podrà inscriure's ni participar en cap activitat fins que regularitzi la seva situació.
- Les reclamacions hauran de realitzar-se per escrit i dirigir-se a l'Ajuntament de Salou.

Documentació necessària per a les inscripcions:

- **DNI / passaport.**
- **Targeta bancària.**
- **Llibreta banc o rebut.**

DESCRIPCIÓ DE LES ACTIVITATS

Gimnàstica de manteniment per adults

Activitat per a mantenir i millorar el condicionament físic, amb exercicis de força, resistència i flexibilitat. Indicat per tonificar els músculs i disminuir el percentatge de greix corporal.

Condicionament Total. T.B.C.

Treball específic i combinat amb circuits d'alt impacte. Requereix bona base física. Sistema d'entrenament total que alterna fases aeròbiques amb tonificació muscular. Recomanat com a preparació física.

Aeròbic

Sessions amb l'objectiu de millorar el sistema cardiovascular al ritme de la música, indicades per disminuir el percentatge de greix corporal. Coreografies coordinades de baix, mig i alt impacte.

Sempre en forma

Millora cardiovascular, tonificació general i treball específic de cames, abdomen i natges. Estiraments i relaxació.

Cicle Indoor

Treball cardiovascular que es realitza sobre la bicicleta seguint un programa dirigit per monitor.

Powerfit

Sessió destinada a augmentar el to muscular de tot el cos, al ritme de la música, millorant la força i la resistència muscular, cremant els greixos.

Indicada per a persones que volen cremar greixos i millorar la força muscular de tot el cos.

Steps i Bosu

Treball amb l'objectiu de millora cardiovascular i tonificació general amb steps i complementat amb abdominals, natges i cames.

Bosu: treball propioceptiu, tonificant i treball aeròbic.

Tono: més dedicat a tonificació.

Aero: coreografiat, tipus aeròbic.

GAP / Tonificació

Treball de manteniment i tonificació general i **font incidència en natges**.

Pilates (Matwork)

Reforç i tonificació de la musculació, millora postural i de la flexibilitat i de l'equilibri. Treball que unifica ment i cos amb l'objectiu d'estilitzar la figura.

Abdominals

Treball específic destinat a reforçar i potenciar la zona abdominal. Sessions de 30'.

loga

Treball específic de respiració, estiraments i actituds posturals connectant el cos i la ment.

Nota: L'oferta de les activitats dirigides es pot modificar, cancel·lar o incrementar en funció de l'època de l'any, períodes d'estiu, setmana santa, Nadal o per causes de força major. Consulteu l'horari específic amb l'oferta d'activitats.

**GIMNÀSTICA DE
MANTENIMENT GENT
GRAN + 55 anys**

Codi activitat	Horari	Dies activitat
GIM-J	9.30 a 10.15 h	dimarts - dijous

* Cal acreditar la condició de jubilat per beneficiar-se del preu

Contingut: orientat a mantenir i millorar el nivell de condició física de les persones grans, combinant exercicis aeròbic i de tonificació muscular amb l'intensitat d'esforç adequada.

Places: 35 per grup

Jubilats preu estiu: 5,00 €

No jubilats, preu mensual: 11,00 €

adults

Activitats aquàtiques per adults (amb monitoratge)

CURSETS NATACIÓ ADULTS

Grups i Nivell	Dies d'activitat	Horari
CNA-1 Mitjà - Perfec.	dilluns - dimecres	9.00 a 9.50 h
CNA-2 Mitjà - Perfec.	dilluns - dimecres	19.40 a 20.30 h
CNA-3 Iniciació	dimarts - dijous	19.40 a 20.30 h

Participants: mínim 6 / màxim 12 per grup

Preu mes: 27,10 €

Observacions: Abonats 50% segons modalitat

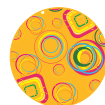
AQUAGYM

Grups i Nivell	Dies d'activitat	Horari
AQA-1	dilluns - dimecres - divendres	9.15 a 10.00 h
AQA-2	dimarts - dijous	19.30 a 20.15 h

Contingut: Són sessions de treball de tonificació muscular i flexibilitat. Millora la capacitat aeròbica. Indicada per a persones que volen millorar la seva condició física general, amb problemes circulatoris, articulars o recuperació de lesions que necessiten treballar sense impacte.

Preu mes: 22,75 € (2 sessions) / 30,35 € (3 sessions)

Observacions: Abonats 50% segons modalitat



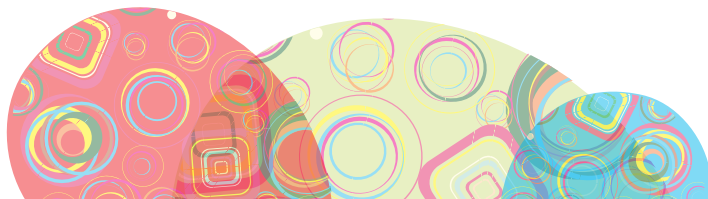
MATRONATACIÓ

Grups i Nivell	Dies d'activitat	Horari
MAT-1	dimarts - dijous	16.00 a 16.45 h

Mínim per iniciar l'activitat: 6 alumnes per grup

Preu mes: 30,35 €

Observacions: Abonats 50% segons modalitat



Observacions a les activitats per adults amb monitors (físicoesportives i aquàtiques):

- Les sessions són de 45 minuts les físiques i aquàtiques. Els cursos de natació son de 50 minuts. Excepte en aquelles que indiqui durada diferent.
- S'accedirà als vestidors 10 minuts abans de començar la classe.
- Una vegada finalitzada la classe cal abandonar les instal·lacions (espais esportius).
- Els monitors de les activitats determinaran finalment la capacitat i nivell del cursillista inscrit i per tant la possibilitat de canviar-lo de grup o no admetre'l si l'activitat ja ha estat iniciada i pot alterar el ritme de la resta del grup.
- Les sales tenen aforament màxim, indicat en cada espai.

Accesos puntuals

Entrada a sala de Fitness

4,30 €

Entrada a sala de Fitness + Piscina

6,45 €

Entrada a classe dirigida

4,80 €

La venda d'accessos puntuals per activitats queda supeditada a la disponibilitat de places dels diferents grups i a l'aforament de cada espai esportiu.

XXIII ESCOLA ESPORTIVA D'ESTIU'13

Servei de menjador i recollida

en acabar les activitats a les 13 hores,
els monitors els deixaran al
"Casal d'Estiu"
ubicat a l'Escola Salou,
on dinaran i els pares els podran
recollir fins a les 16.00 hores.

L'activitat es realitzarà fins el 30 d'agost.

Preu:
45 €
quinzena

Activitats esportives

ESCOLES D'INICIACIÓ ESPORTIVA

Codi activitat	Horari	Dies activitat
EIE	de 9.00 a 13.00 h	dilluns a divendres

Preu:
49,30 €
torn

**Nascuts els anys 2003 a 2009
(P3 fins a 4rt de primària)**

Contingut: jocs, recreació, treball
psicomotriu, coordinació motora, piscina,
jocs pre-esportius i recreatius, etc.

Places: 120 nens/es per quinzena.

Lloc: Pavelló Municipal d'Esports.

* Es poden complementar torns amb
setmanes soltes (1 torn + 1 setmana).
* Nascuts a l'any 2009 (haver estat
escolaritzats a P-3 el darrer curs).

ESCOLA ESPORTIVA MULTIJOCS

Preu:
58,10 €
torn

**Activitat esportiva i recreativa adreçada
a nascuts entre els anys 1998-2002
(De 5è de primària fins a 3r d'E.S.O)**

Contingut: jocs d'iniciació esportiva, jocs
tradicionals, piscina, activitats a l'aire lliure
(Sortides en bici, orientació, senderisme,
gimcanes, kayak, etc.).

Objectius: Desenvolupar habilitats motrius,
fomentar el respecte als companys i a la
natura, conèixer l'entorn proper, tant
terrestre com aquàtic.

Places: 15 nens/es per quinzena.

Lloc: Pavelló Municipal d'Esports, Zona
Esportiva de Platja i Piscina Municipal.

*Es poden complementar torns amb
setmanes soltes (1 torn + 1 setmana).

Els participants en aquesta activitat hauran
de portar una autorització dels pares o
tutors per les sortides.

VELA

Codi activitat	Horari	Dies activitat
Vela	10.00 a 14.00 h	dilluns a divendres

Preu:
147,30 €
torn

Nascuts els anys 1997 a 2004
(De 3r de primària fins a 4rt d'E.S.O)

Places: 5 per grup/monitor.

Lloc: Club Nàutic de Salou.

- Portar autorització pares i saber nedar.
- Només per a escolaritzats a Salou (programa vela escolar).
- No es pot repetir acollint-se a aquesta programació. Tornos; 1, 2, 3 i 4.

Organitza: Club Nàutic Salou

WINDSURFING

Codi activitat	Horari	Dies activitat
Windsurf	9.30 a 11.00 h	dilluns a divendres

Preu:
84,70 €
setmana

Nascuts els anys 1996 a 2004
(De 3r de primària fins 1r Batxillerat)

Contingut: reglamentació, tècnica, joc i pràctica.

Places: 6 per torn.

Lloc: Escola de Windsurfing "Els Acantilats".

Torns d'una setmana a partir de l'1 de juliol (juliol i agost).

BASQUETBOL

Codi activitat	Horari	Dies activitat
Bàsquet	19.30 a 21.00 h	dilluns, dimecres i divendres

Preu:
17 €
torn

Inclou 30 min de piscina
Nascuts els anys 1997 a 2004
(De 3r de primària fins a 4rt d'E.S.O)
Contingut: reglamentació, tècnica, joc i pràctica.

Places: 15 per grup.

Lloc: Pavelló Municipal i Col·legis.

MULTIESPORTS

Codi activitat	Horari	Dies activitat
Multiesport	19.30 a 21.00 h	dilluns, dimecres i divendres

Preu:
17 €
torn

Inclou 30 min de piscina
Nascuts els anys 1997 a 2002
(De 5è de primària fins a 4rt d'E.S.O)
Contingut: Jocs recreatius, esports, jocs tradicionals, piscina, activitats a l'aire lliure (Sortides en bici, orientació, senderisme, etc.).

Places: 15 per grup.

Lloc: Pavelló Municipal i Col·legi Europa.

Activitats aquàtiques amb monitoratge.

Cursos de natació

NADONS de 5 a 24 mesos



Preu:
43,25 €
quinzena

Participants: 10 per grup.
Sempre amb el pare/mare a
l'aigua

Mínim per iniciar l'activitat:
5 per grup

Grups	Dies d'activitat	Horari
NAD-1	dilluns a divendres	12.30 a 13.00 h

TORTUGUETES de 24 a 36 mesos



Preu:
43,25 €
quinzena

Participants:
8 per grup

Mínim per iniciar l'activitat:
6 per grup

Grups	Dies d'activitat	Horari
TOR-1	dilluns a divendres	18.00 a 18.50 h

ESTRELLETES Nascuts al 2008 i 2009



Preu:
38,05 €
quinzena

Participants:
12 per grup

Mínim per iniciar l'activitat:
8 per grup

Grups	Dies d'activitat	Horari
EST-1	dilluns a divendres	13.00 a 13.50 h
EST-2	dilluns a divendres	17.10 a 18.00 h

CAVALLETS Nascuts al 2006 i 2007



Preu:
38,05 €
quinzena

Participants:
12 per grup

Mínim per iniciar l'activitat:
8 per grup

Grups	Dies d'activitat	Horari
INI-1	dilluns a divendres	13.00 a 13.50 h
INI-2	dilluns a divendres	17.10 a 18.00 h

DOFINS Nascuts entre els anys 2001 i 2005



Preu:
38,05 €
quinzena

Participants:
15 per grup

Mínim per iniciar l'activitat:
10 per grup

Grups	Dies d'activitat	Horari
MIT-1	dilluns a divendres	13.00 a 13.50 h
MIT-2	dilluns a divendres	18.00 a 18.50 h

TAURONS Nascuts entre els anys 1996 i 2000



Preu:
38,05 €
quinzena

Participants:
15 per grup

Mínim per iniciar l'activitat:
10 per grup

Grups	Dies d'activitat	Horari
PER-1	dilluns a divendres	18.00 a 18.50 h



OBSERVACIONS GENERALS

Informació i Inscripcions:

Recepció Piscina Municipal. C/ Milà, 7
Tel. 977 309 210 · Fax. 977 309 230
de dilluns a divendres
de 9.00 a 14.00 h i de 16.00 a 20.30 h
Dissabtes de 9.30 a 13.30 h
E-mail: recepcion@salou.org

Dates inscripcions:

3 de juny, per als inscrits
al període al curs 12/13
A partir del 5 de juny,
noves inscripcions

- S'haurà de fer el pagament al moment de formalitzar la inscripció en Targeta de crèdit o C60
- No hi ha reserva de places.
- Cada curs té unes places limitades a cobrir per ordre d'inscripció.
- L'àrea d'esports es reserva el dret d'anul·lar una activitat si no hi ha un nombre mínim d'inscrits.
- Famílies nombroses i monoparentals (acreditant-ho) tindran un descompte del 10% en totes les activitats que participin.

- Els Socis Club XIC'S tindran un descompte del 10%.
- Queden excloses de descomptes les següents activitats: Curs de Vela al Club Nàutic, Windsurfing i Club de Tennis, Servei de Cangur i Servei de Menjador.
- En cas d'errades tipogràfiques o d'impressió, serà vàlida la programació aprovada per la Junta de Govern Local.

Nota: Cada participant a la XXIII Escola Esportiva d'Estiu, rebrà una samarreta encara que participi en més d'una activitat.

OBSERVACIONS A LES ACTIVITATS INFANTILS AMB MONITOR

- S'accedirà als vestuaris 10 minuts abans de començar la classe.
- Els nens majors de 6 anys podran canviar-se al vestidor de grups o al del seu mateix sexe.
- Les sessions són de 50 minuts (excepte nadons i les que indiquin el contrari).
- Una vegada finalitzada la classe, cal abandonar les instal·lacions (espais esportius).
- Les edats de cada nivell de natació són orientatives. Els responsables tècnics de les activitats decidiran, finalment, el nivell i grup al que s'inscriurà un alumne.

- Material obligatori:
 - Banyador i gorra de bany.
 - Tovallola i sabatilles de plàstic.
 - Roba esportiva per canviar-se.

TORNES ESTIU Activitats

- 1 Torn: 1 al 12 de Juliol
- 2 Torn: 15 al 26 de Juliol
- 3 Torn: 29 juliol al 9 d'Agost
- 4 Torn: 12 al 23 d'Agost
- 5 Torn: 26 al 30 d'Agost (1 Setmana)

Activitats de Natació i Vela és realitzen del 1 al 4 Torn.
S'hauran de respectar les normes generals d'usuaris de la Piscina Municipal.

altres activitats

Organitza:



Gimnàstica Rítmica

Curset d'Estiu 1-31 juliol
Informació i inscripcions:
Pavelló d'Esports dilluns de 17 a 19 h
<http://salou.club.esportiu@gmail.com>
Contacte: 693 100 768

Organitza:



Cursos de Vela i Navegació

Informació i inscripcions:
Club Nàutic Salou
Contacte: 977 382 166



Campus d'Estiu Salou Futbol Sala

Informació i inscripcions:
Pavelló d'Esports dijous de 17 a 19 h
Contacte: 691 406 536



Campus de Tennis

Informació i inscripcions:
Contacte: 977 370 012



4t Campus Tecnificació Voleibol

Informació i inscripcions:
Pavelló d'Esports dilluns i dimecres
de 18 a 20h
clubvoleisalou@gmail.com



Campus UD Salou

1 al 5 juliol
Contacte: 679 607 406

E.F.B. U.D. SALOU

Organitza:



AJUNTAMENT DE SALOU
Regidoria d'Esports i Joventut

www.salou.cat

Col·labora:



**CONSELL
COMARCAL DEL
TARRAGONÈS**

L'esport 
mou Catalunya
Generalitat de Catalunya
Departament de la Vicepresidència
Secretaria General de l'Esport