



Guia

ACTIVITATS
ESPORTIVES
MUNICIPALS

Estiu 2015



L'esport, temps de lleure a Salou

L'estiu obre una gran varietat de possibilitats, moltes d'elles relacionades amb l'esport, la natura, els espais oberts i sobretot amb activitats lúdiques amb moltes alternatives per a gaudir i aprofitar el temps lliure.

Ara teniu a les mans un extens i diversificat ventall de possibilitats que us permetrà practicar, i aprendre alguna de les modalitats esportives que esdevenen també una experiència de participació entre aquests que comparteixen unes hores al dia al voltant d'alguna de les moltes opcions que us presentem. La nostra voluntat també és el foment del lleure així com crear espais de coneixement mutu i convivència, on l'esport aporti també valors humans i iniciï els nostres joves en el treball en equip. Són bases fonamentals per al desenvolupament

com a persones dins un món on cal saber implicar-se i compartir experiències.

Per això, és el nostre desig que repasseu aquest programa amb atenció perquè conté tota la informació imprescindible per estar al corrent de l'oferta per aquest estiu que es desenvoluparà a les diferents instal·lacions municipals i a d'altres centres escolars de Salou. No voldriem acabar aquestes breus ratlles sense agrair, ben sincerament, el suport i la col·laboració de les entitats esportives i de tots i totes que fan possible aquestes activitats.

La varietat de l'oferta també permet la promoció de la cultura esportiva com una manera de millorar la qualitat de vida i la salut, així com per al foment de l'esperit associatiu de la nostra població.

Bon estiu a tothom!



guia

★
ACTIVITATS
ESPORTIVES
MUNICIPALS

AGENDA ESPORTIVA D'ESTIU

II FESTA DEL JUDO/ 1R VILA DE SALOU

DIES: 6 de juny de 2015

HORARI: de 10.00 a 14.00 hores

LLOC: Pavelló Salou Centre

TORNEIG DE FUTBOL 7

DIES: 6 de juny de 2015.

HORARI: de 09.00 a 20.00 hores

LLOC: Estadi Municipal

XXI JUGUEM A LA PLATJA

DIES: 6 i 7 de juny de 2015

HORARI: de 09.00 a 19.00 hores

LLOC: Platja de Ponent

PORTES OBERTES E.F.B SALOU COSTA DAURADA

DIES: 7 de juny de 2015.

HORARI: de 18.00 a 20.00 hores

LLOC: Estadi Municipal

INTERCLUBS DE PATINATGE (C.PATI JOVE)

DIES: 13 de juny de 2015

HORARI: de 09.00 a 14.00 hores

LLOC: Pavelló Salou Centre

FESTIVAL GIMNÀSTICA RÍTMICA (S.C.ESPORTIU)

DIES: 20 de juny de 2015

HORARI: de 09.00 a 14.00 hores.

LLOC: Pavelló Salou Centre

FESTIVAL DE PATINATGE (C.PATI JOVE)

DIES: 21 de juny de 2015.

HORARI: de 18.00 a 20.00 hores

LLOC: Pavelló Salou Centre

CURS DE DEFENSA PERSONAL FEMENINA

DIES: 21 de juny de 2015

HORARI: de 10.00 a 14.00 hores

LLOC: Pavelló Salou Centre (Sala escenari)

TORNEIG ALEVÍ F7 (EFB SALOU COSTA DAURADA)

DIES: 27 de juny de 2015

HORARI: de 17.00 a 21.00 hores

LLOC: Estadi Municipal

CURS DE DEFENSA PERSONAL FEMENINA

DIES: 28 de juny de 2015

HORARI: de 10.00 a 14.00 hores

LLOC: Pavelló Salou Centre (Sala escenari)

COSTA DORADA CUP F7 I F11

DIES: Del 1 al 3 de juliol de 2015

HORARI: de 09.30 a 13.30 i de 16.30 a 20.30 hores

LLOC: Estadi Municipal

COSTA DORADA CUP FUTSAL

DIES: Del 2 al 4 de juliol de 2015

HORARI: de 16.00 a 20.00 hores

LLOC: Pavelló Salou Centre

COSTA DORADA CUP FUTSAL

DIES: Del 2 al 4 de juliol de 2015

HORARI: de 09.00 a 13.00 i de 16.00 a 20.00 hores

LLOC: Pavelló Cap Salou



AGENDA ESPORTIVA D'ESTIU

ABONAMENTS

ADULTS

INFANTS

ALTRES

AGENDA ESPORTIVA D'ESTIU

MULLA'T PER L'ESCLEROSI MÚLTIPLE

DIES: 12 de juliol de 2015

HORARI: de 10.00 A 14.00 hores

LLOC: Piscina Municipal

FESTA D'ESCACS (C.ESCACS SALOU)

DIES: del 15 de juliol al 15 d'agost de 2015

HORARI: de 16.00 A 20.00 hores

LLOC: Parc Municipal

XXVII CAMPIONAT D'ESPANYA DE SALVAMENT I

SOCORRISME AQUÀTIC

DIES: 18 i 19 de juliol de 2015

HORARI: de 09.00 A 22.00 hores

LLOC: Platja Llarga

MASTERCLASS ZUMBA SOLIDÀRIA

DIES: 25 de juliol de 2015.

Horari: de 19.00 a 21.00 hores.

LLOC: Plaça de les comunitats Autònomes

III TORNEIG FUTBOL 7 SOLIDARI

DIES: 31 de juliol de 2015.

HORARI: de 19.00 a 05.00 hores.

LLOC: Estadi Municipal

3X3 BÀSQUET

DIES: 1 d'agost de 2015

HORARI: de 09.00 a 22.00 hores

LLOC: Plaça de les comunitats Autònomes

TORNEIG FUTBOL PLATJA

DIES: Del 3 al 8 d'agost de 2015

HORARI: de 16.00 a 21.00 hores

LLOC: Davant del Patronat de turisme

XXXX TROFEU PLATJA D'EUROPA

DIES: 29 d'agost de 2015

HORARI: 18.00 hores

LLOC: Estadi Municipal

80È TRAVESSIA A NADO AL PORT

DIES: 11 de setembre de 2015

HORARI: de 07.00 a 12.00 hores

LLOC: Club Nàutic Salou

VERTIC NIGHT

DIES: 19 de setembre de 2015

HORARI: Inici 21.00 hores

LLOC: Plaça de les comunitats Autònomes

V TROBADA RALLI VEHICLES CLÀSSICS COSTA DAURADA

DIES: 26 de setembre de 2015

HORARI: de 10.00 a 14.00 hores

LLOC: Passeig Jaume I
(davant Patronat Turisme)



ZONA ESPORTIVA PLATJA

PLATJA DE LLEVANT

LLOC	DIES	HORARI
ZEP Passeig Jaume I	25 de juny al 6 setembre	Diari de 10:00 a 20:00

:: Servei permanent de monitors

CLUB INFANTIL

DIES	HORARI	HORARI
1 de juliol al 31 d'agost	Diari de 11:00 a 18:00	Preu 1h: 3,10€
		Preu 2h: 5,10€
		Preu 3h: 7,45€

SERVEI GIMNÀS FITNESS I MUSCULACIÓ

DIES	HORARI	HORARI
25 de juliol al 31 d'agost	Diari de 10:00 a 20:00	Preu dia: 4,00€
		Preu setmana: 19,00€

Préstec de material esportiu gratuït de:

Bàsquet, futbol sala, volei-platja, pales, futvolei, badminton, tennis taula, escacs.

Organització de tornejos de:

Volei-platja, futbol-sala, futvolei, bàsquet, tennis taula, escacs.

Classes dirigides gratuïtes diàries de:

Gimnàstica manteniment, aeròbic, zumba, dansa del ventre.

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.

ZONA PLATJA

ADULTS

INFANTS

ALTRES

PISCINA MUNICIPAL



HORARIS

del 29 de juny fins el 6 de setembre de 2015 (ambdós inclosos)

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.

ABO-AQUA

Diferents tipus de modalitat d'abonament a la piscina municipal

Diferents modalitats d'abonaments a la piscina municipal.

TIPUS	MENSUAL	TRIMESTRAL	ANUAL
Familiar	37,40 €	101,00 €	359,00 €
Adult	18,00 €	48,60 €	172,80 €
Infantil /Jubilat	14,70 €	39,70 €	141,10 €
Adults matins (1)	12,80 €	34,60 €	122,90 €
Jubilat matins(2)	9,00 €	24,20 €	86,40 €

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

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

Horari sortida de les instal·lacions abans de les 14:00 hores.

CLASSES PARTICULARS NATACIÓ

TIPUS	PREU
fins a 2 alumnes	31,50€/hora
fins a 3 alumnes	40,55€/hora
fins a 4 alumnes	51,95€/hora

ENTRADES PUNTUALS

ENTRADA	PREUS
Adult	5,00 €
Infantil / jubilat	3,50 €

ABONAMENTS 10 BANYS

ENTRADA	PREUS
Adult	42,00 €
Infantil / jubilat	29,50 €

- :: Les entrades puntuals a la Piscina només són vàlides per a la sessió (matí o tarda).
- :: Els abonaments de 10 banyos tenen una vigència de 90 dies.
- :: Els menors de 14 anys han d'entrar acompanyats d'un adult major de 18 anys.



TANCAT PER MANTENIMENT

Per les tasques de manteniment anual la Piscina romandrà tancada de l'22 al 28 de juny de 2015 ambdós inclosos.

DIES FESTIUS
15 d'agost i
11 de setembre

:: 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'onze dia com a primer dia de devolució.

ABONAMENTS



AQUA



FIT



ACTIU

Abonament FIT-ACTIU



TIPUS	MENSUAL	TRIMESTRAL	ANUAL
Adult	34,50 €	93,15 €	331,20 €
Jubilat	24,15 €	65,20 €	231,85 €

:: Podràs combinar la sala fitness i les activitats dirigides.

Abonament PLUS



TIPUS	MENSUAL	TRIMESTRAL	ANUAL
Adult	44,55 €	120,30 €	427,70 €
Jubilat	31,20 €	84,25 €	299,50 €

ABONAMENT ADULT:

de 16 a 64 anys

ABONAMENT JUBILAT:

A partir de 65 anys o acreditant situació

:: Inclou l'abonament FIT-ACTIU i l'utilització de la piscina amb bany lliure, més sauna i bany de vapor.

ALTRES SERVEIS



TIPUS	Entrada puntual sala fitness	Abonament 10 sessions sala fitness	Entrada puntual sala fitness+ piscina	Abonament 10 sessions sala fitness+piscina
Adult	4,45 €	37,80 €	6,65 €	56,50 €
Jubilat	3,10 €	26,35 €	4,65 €	39,50 €

:: Els abonaments de 10 sessions tenen una vigència de 90 dies

:: Serveis no disponibles per als menors de 16 anys.

HORARI SALA FITNESS



DIES	HORARIS
dilluns a divendres	8.00 a 22.00 h
dissabtes	9.00 a 14.00 h

TIPUS	Entrada puntual classe dirigida
Adult	4,95 €
Jubilat	3,45 €

ABONAMENTS

INFANTS

ALTRES

ABONAMENTS

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). 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.

DESCRIPCIÓ DE LES ACTIVITATS

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.

CICLO 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.

Activitats Incloses en l'abonament:

Aeròbic, GAP, TBC, Body-Step, Ciclo-Indoor, Sempre en Forma, Powerfit, Aquagym, Gimnàstica de Manteniment, Bossu, zumba, Pilates. loga

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

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 curssets de natació.

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 fent 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'.

IOGA

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

ABONAT
salou

ABONAMENTS

OBSERVACIONS PER ABONAMENTS/ABONATS

► **1_** Es considerarà persona Abonada a aquella que disposi del passi 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.

► **2_** Al inscriure's es paga la quota del primer mes o període en targeta bancària. Les renovacions i següents pagament s'hauran de fer mitjançant domiciliació bancària.

► **3_** Els períodes dels abonaments són per mesos naturals.

► **4_** Les inscripcions mensuals es faran per períodes naturals, i es pagaran per ponderació al dia de l'alta.

► **5_** 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.

6_ S'aplicaran les normes administratives generals vigents de l'Àrea d'Esports.

► **7_** 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.

► **8_** 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.

► **9_** 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.

► **10_** Les reclamacions hauran de realitzar-se per escrit i dirigir-se a l'Ajuntament de Salou.

OBSERVACIONS ASSEGURANCES

Cap de les activitats organitzades per l'Àrea d'Esports de l'Ajuntament de Salou està assegurada en accidents esportius.

DOCUMENTACIÓ NECESSÀRIA INSCRIPCIONS

- DNI / PASSAPORT
- TARGETA BANCÀRIA
- LLIBRETA BANC O REBUT

ACTIVITATS ESPORTIVES ADULTS

GIMNÀSTICA DE MANTENIMENT GENT GRAN + 55 anys

CODI ACTIVITAT	HORARI	DIES ACTIVITAT
GIM-J	10:15 a 11:00	dimarts, dijous

JUBILATS
PREU ESTIU
5,00 €

NO JUBILATS
PREU ESTIU
MENSUAL
11,00 €

:: 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.

► **PARTICIPANTS:** 35 per grup

ACTIVIATS AQUÀTIQUES ADULTS

ACTIVITATS AQUÀTIQUES PER ADULTS (amb monitoratge)

CURSETS NATACIÓ

GRUPS I NIVELL	DIES D'ACTIVITAT	HORARI
CNA-1 Mija – Perfec.	Dilluns - Dimecres	09:00 a 09:50
CNA-2 Mija – Perfec.	Dilluns - Dimecres	19:30 a 20:20
CNA-3 Iniciació	Dimarts - Dijous	19:30 a 20:20

PREU MES
27,90 €

► PARTICIPANTS

Mínim 6, màx. 12 per grup

AQUAGYM

GRUPS	DIES D'ACTIVITAT	HORARI
AQA-1	Dilluns – Dimecres - Divendres	09:15 a 10:00
AQA-2	Dimarts – Dijous	19:30 a 20:15

PREU MES **PREU MES**
23,43 € **31,25 €**
(2 sessions) **(3 sessions)**

► 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.

OBSERVACIONS 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. Indicats en cada espai.

XXV ESCOLA ESPORTIVA

D'estiu

SERVEI DE MENJADOR I RECOLLIDA:

En acabar les activitats a les 13:00 hores, els monitors els deixaran al "Casal d'Estiu" on dinaran i els pares els podran recollir fins a les 16:00 hores.

L'activitat es realitzarà fins el 28 d'Agost.

Preu: 45,00 €/quinzena.



ESCOLA ESPORTIVA D'INICIACIÓ

Nascuts els anys 2005 a 2011 (P3 fins a 4rt de primària)

CODI ACTIVITAT	HORARI	DIES
EEI	09:00 a 13:00 hores	Dilluns a Divendres

PREU TORN
49,30 €

► **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 2011 (haver estat escolaritzat a P-3 el darrer curs)

ESCOLA ESPORTIVA MULTIJOC

Nascuts entre els anys 2000-2004 (De 5è de primària fins a 3r d'E.S.O)

CODI ACTIVITAT	HORARIS	DIES
MULTIJOCS	09:00 a 13:00 hores	Dilluns a Divendres

PREU
TORN
58,10 €

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

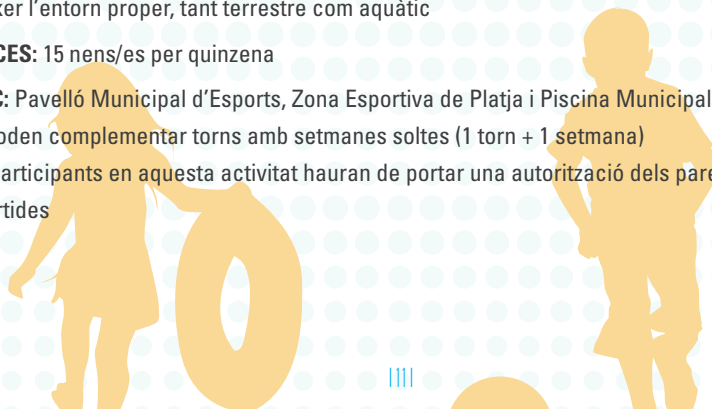
► **OBJECTIUS:** Desenvolupar habilitats motrius, fomentar el respecte als companys i a la natura, conèixer l'entorn proper, tant terrestre com aquàtic

► **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



XXV ESCOLA ESPORTIVA

D'estiu

VELA

Nascuts els anys 1999 a 2006 (De 3r de primària fins a 4rt d'E.S.O)

CODI ACTIVITAT	HORARI	DIES
VELA	10:00 a 14:00	Dilluns a Divendres

PREU
151,70 €

- **PLACES:** 5 per grup/monitor
- **LLOC:** Club Nàutic de Salou
- **ORGANITZA:** Club Nàutic 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

WINDSURFING

Nascuts els anys 1998 a 2006 (De 3r de primària fins a 1r Batxillerat)

CODI ACTIVITAT	HORARI	DIES
WINDS	9:30 a 11:00	Dilluns a Divendres

PREU
SETMANA
87,25 €

- **CONTINGUT:** reglamentació, tècnica, joc i pràctica
- **PLACES:** : 6 per torn
- **LLOC:** Escola de Windsurfing "Els Acanilats"
- **ORGANITZA:** Club Nàutic Salou
- * Tornos d'una setmana a partir del 29 de Juny (Juliol i Agost)

BASQUETBOL

Nascuts els anys 1999 a 2006 (De 3r de primària fins a 4rt d'E.S.O)

CODI ACTIVITAT	HORARI	DIES
BASQUET	19:30 a 21:00	Dilluns, Dimecres i Divendres

PREU
TORN
17,00€/

- **CONTINGUT:** reglamentació, tècnica, joc i pràctica.
- **PLACES:** : 15 per grup
- **LLOC:** Pavelló Municipal i Col·legis
- * Inclou 30 min de piscina

MULTIESPORTS

Nascuts els anys 1999 a 2004 (De 5è de primària fins a 4rt d'E.S.O)

CODI ACTIVITAT	HORARI	DIES
MULTIESPORT	19:30 a 21:00	Dilluns, Dimecres i Divendres

PREU
TORN
17,00€/

- **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 * Inclou 30 min de piscina

XXV ESCOLA ESPORTIVA

D'estiu

ACTIVITATS AQUÀTIQUES AMB MONITORATGE. Cursos de natació



NADONS

5 a 24 mesos

PREU
QUINZENA
44,55 €

GRUPS	HORARI	DIES
NAD-1	16:30 a 17:00	dilluns a divendres

- **PARTICIPANTS:** 10 per grup.
Sempre amb el pare/mare a l'aigua
- **MÍNIM PER INICIAR L'ACTIVITAT:** 5 per grup



TORTUGUETES

24 a 36 mesos

PREU
QUINZENA
44,55 €

GRUPS	HORARI	DIES
TOR-1	17:00 a 17:50	dilluns a divendres

- **PARTICIPANTS:** 8 per grup
- **MÍNIM PER INICIAR L'ACTIVITAT:** 6 per grup



ESTRELLETES

Nascuts al 2010 i 2011

PREU
QUINZENA
39,20 €

GRUPS	HORARI	DIES
EST-1	13:00 a 13:50	dilluns a divendres
EST-2	17:10 a 18:00	dilluns a divendres

- **PARTICIPANTS:** 10 per grup
- **MÍNIM PER INICIAR L'ACTIVITAT:** 8 per grup



CAVALLETS

Nascuts al 2008 i 2009

PREU
QUINZENA
39,20 €

GRUPS	HORARI	DIES
INI-1	13:00 a 13:50	dilluns a divendres
INI-2	18:00 a 18:50	dilluns a divendres

- **PARTICIPANTS:** 12 per grup
- **MÍNIM PER INICIAR L'ACTIVITAT:** 8 per grup



DOFINS

Nascuts entre els anys 2003 i 2007

PREU
QUINZENA
39,20 €

GRUPS	HORARI	DIES
MIT-1	13:00 a 13:50	dilluns a divendres
MIT-2	18:00 a 18:50	dilluns a divendres

- **PARTICIPANTS:** 15 per grup
- **MÍNIM PER INICIAR L'ACTIVITAT:** 10 per grup



TAURONS

Nascuts entre els anys 1998 i 2002

PREU
QUINZENA
39,20 €

GRUPS	HORARI	DIES
PER-1	18:00 a 18:50	dilluns a divendres

- **PARTICIPANTS:** 15 per grup
- **MÍNIM PER INICIAR L'ACTIVITAT:** 10 per grup

OBSERVACIONS A LES ACTIVITATS INFANTILS AMB MONITORS

- 1_S'accedirà als vestuaris 10 minuts abans de començar la classe.
- 2_Els nens majors de 6 anys podran canviar-se al vestidor de grups o al del seu mateix sexe.
- 3_Les sessions són de 50 minuts (excepte nadons i les que indiquin el contrari).
- 4_Una vegada finalitzada la classe, cal abandonar

les instal·lacions (espais esportius).**5_**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



TORNS ESTIU ACTIVITATS

TORNS	HORARI
1 TORN	29 Juny a 10 de Juliol
2 TORN	13 al 24 de Juliol
3 TORN	27 juliol al 7 d'Agost
4 TORN	10 al 21 d'Agost
5 TORN	24 al 28 d'Agost (1 Setmana)

Activitats de Natació i Vela és realitzen del 1r al 4rt Torn

S'hauran de respectar les normes generals d'usuaris de la Piscina Municipal

OBSERVACIONS GENERALS

INFORMACIÓ I INSCRIPCIONS:

Recepció Piscina Municipal

C/ Milà, 7. Tel: 977. 30 92 10 Fax:977-30 92 30

De dilluns a divendres de 9'00 a 14'00 i de 16'00 a 20'30 hores.

Dissabtes de 10'30 a 13'30 hores

E-mail: recepcion@salou.cat

www.ov.salou.cat/ServeiEsports/

DATES INSCRIPCIONS:

8 de juny, per als inscrits al període al curs 14/15

A partir del 10 de juny, noves inscripcions.

OBSERVACIONS:

- 1_S'haurà de fer el pagament al moment de formalitzar la inscripció en Targeta de crèdit.
- 2_No hi ha reserva de places.

3_Cada curset té unes places limitades a cobrir per ordre d'inscripció.

4_L'àrea d'esports es reserva el dret d'anul·lar una activitat si no hi ha un nombre mínim d'inscrits.

5_Famílies nombroses i monoparentals (acreditant-ho) tindran un descompte del 10% en totes les activitats que participin.

6_Els Socis Club XIC'S tindran un descompte del 10%.

7_Queden excloses de descomptes les següents activitats: Curs de Vela al Club Nàutic, Windsurfing i Servei de Menjador.

8_En cas d'errades tipogràfiques o d'impressió, serà vàlida la programació aprovada per la Junta de Govern Local.

NOTA: Cada participant a la XXV Escola Esportiva d'Estiu, rebrà una samarreta de record encara que participi en més d'una activitat.

ORGANITZA



BÀSQUET

ORGANITZA: Club Bàsquet Salou
INFO. I INSCRIPCIONS: cbsalou@hotmail.com
CONTACTE: 677 417 966 / 636 771 603



FUTBOL

ORGANITZA: Unió deportiva Salou
INFO. I INSCRIPCIONS: efbudsalou@hotmail.es
CONTACTE: 625 712 870



FUTBOL SALA

ORGANITZA: Club Salou Futbol Sala
INFO. I INSCRIPCIONS: saloufs@hotmail.com
CONTACTE: 691 406 536
TECNIFICACIÓ DE PORTERS DE FUTBOL SALA
 686 236 516



FUTBOL SALA

ORGANITZA: Playas de Salou Futbol Sala
INSCRIPCIONS: eescuelaplayasdesaloufs@hotmail.com
CONTACTE: 650 501 024



GIMNÀSTICA RÍTMICA

ORGANITZA: Salou Club esportiu
INFO. I INSCRIPCIONS: salou.club.esportiu@gmail.com
CONTACTE: 625 712 870



PATINATGE

ORGANITZA: Club Patí Salou
INFO. I INSCRIPCIONS: clubpatisalou@hotmail.com
CONTACTE: 666 344 235



PATINATGE

ORGANITZA: Club Patí Jove Salou
INFO. I INSCRIPCIONS: clubpatijovesalou@gmail.com
CONTACTE: 608 219 220



TENNIS

ORGANITZA: Club Tennis Salou
INFO. I INSCRIPCIONS: info@tennissalou.com
CONTACTE: 977 370 012



VELA I NAVEGACIÓ

ORGANITZA: Club Nàutic Salou
INFO. I INSCRIPCIONS: club@clubnauticsalou.com
CONTACTE: 977 382 166



VOLEI PLATJA

ORGANITZA: Club Voleibol Salou
INFO. I INSCRIPCIONS: clubvoleiplatjasalou@gmail.com
CONTACTE: 608 792 613



NATACIÓ SINCROITZADA

ORGANITZA: Associació esportiva Sincro Valfagó
INFO. I INSCRIPCIONS: sincrovalfago@gmail.com
CONTACTE: 692 043 132

guia

ACTIVITATS ESPORTIVES MUNICIPALS

Estiu 2015



AJUNTAMENT DE SALOU
Regidoria d'Esports

Col·labora:

WWW.SALOU.CAT

