

INFORMACIÓ GENERAL

DIES:

Dijous 11, divendres 12 i dissabte 13 de setembre de 2.008.

ANEM A:

El Collell (casa de colònies)
Sant Miquel de Campmajor (Pla de l'Estany)
Telèfon 972 57 40 60
www.elcollell.net

LLOC I HORA DE SORTIDA:

Dijous 11, a les 16 h. del Pavelló de Sant Gregori i amb autocar.

HORA DE TORNADA:

Dissabte 13, de 16 h. a 17 h. cal venir a buscar als nens i nenes amb cotxes particulars a la Casa de Colònies d' "El Collell".

A partir de les 16 h. hi haurà cafès, suc i coques... per a tothom.

Us esperem !!!!

PARTICIPANTS

Nens i nenes nascuts entre els anys 1.994 i el 2.000 (ambdós inclosos).

És molt important que els equips participants hi assisteixin amb la totalitat de la plantilla per a un millor treball de bàsquet i de convivència.

ACTIVITATS

L'ESTADA és una activitat pensada per preparar la nova temporada de bàsquet a nivell esportiu: recuperar la forma física, practicar els fonaments del bàsquet però, sobretot és una activitat lúdica i divertida que fa que jugadors i entrenadors es retrobin, després de l'estiu, per passar-s'ho bé i conviure amb els companys d'equip i del club.

Es formaran grups o equips per edats. Cada equip disposarà del seu entrenador que serà responsable de les activitats esportives i també de la cura dels hàbits d'higiene, ordre, menjar, descans i del bon ambient de grup.

Es faran dues sessions de bàsquet diàries. El matí, després d'esmorzar i endreçar les habitacions, farem un entrenament. Després un bany a la piscina, dinar i esbarjo. A la tarda, després de berenar, de nou bàsquet: partits, concursos de llançament a cistella, 3 x 3, mats... un altre bany a la piscina i dutxar-nos. Ben sopat, acabarem el dia amb un divertit joc de nit, música "disco"...

Les activitats lúdiques i de lleure com jocs de nit o els tallers i jocs a l'hora d'esbarjo del migdia etc. seran dinamitzades per monitors de lleure, a més a més dels entrenadors.

L'activitat de piscina comptarà amb la vigilància d'un socorrista.

És preferible que els nois i noies no portin el mòbil a l'Estada, donat el cas, estarà totalment prohibit durant les activitats.

No es podran portar jocs electrònics o "maquinetes".

Fem equip, fem club !!!!

INSCRIPCIONS

PREU:

75 € per a cada jugador/a.
Inscripció gratuïta per al tercer germà.

(l'autocar, els entrenadors i la seva estada van a càrrec del Club)

DATA LÍMIT PER INSCRIURE'S:

Fins el 30 de juliol

Heu d'omplir la inscripció i donar-la al vostre delegat/da.

DATA LÍMIT DE PAGAMENT:

Fins el 22 d'agost

Per a que sigui efectiva la inscripció, cal fer el pagament al següent número de compte de la Caixa de Girona, indicant el nom del jugador/ra:

2030 0079 12 3300010625

FULL D'INSCRIPCIÓ

Nom jugador/ra _____

Cognoms _____

Data naixement _____

DNI _____

Adreça _____

CP i municipi _____

Nom pare i mare o tutor/a _____

Telèfons _____

Tel. d'urgència _____

DADES MÈDIQUES

Al·lèrgies _____

Aspecte que pugui condicionar l'activitat física _____

Medicament que ha de prendre _____

AUTORITZACIÓ

En/na _____ pare

/mare/tutor amb DNI _____

autoritzo al meu fill/a a participar a l'ESTADA DE
PRE-TEMPORADA BASQUET 2008 del CB. SANT
GREGORI

Firma del pare, mare, tutor/a

_____, _____ de _____ de 2008

MATERIAL NECESSARI

Cada jugador ha de portar

Roba per a l'exercici físic: 4 parells de mitjons,
4 samarretes de joc, 3 pantalons de joc, calçat
esportiu.

Roba i calçat d'esbarjo.

Roba interior.

1 xandall per si refresca al vespre

1 pijama

1 llençol de sota

1 coixinera

1 sac de dormir (o llençol)

banyador, xanquetes, crema solar, tovallola de
piscina...

Necesser i tovallola de dutxa.

Llanterna.

DADES I TELÈFONS DE CONTACTE

Si algun familiar o qualsevol altra persona s'ha
de posar en contacte amb algun jugador
recomanem que ho faci per mitjà dels
responsables.

Moltes gràcies !!!!

Felip Puig..... 626139450

Anton Las Heras..... 649982050

Organitza:

CB SANT GREGORI

ESTADA PRE-TEMPORADA BÀSQUET

2.008



**Santa Maria del Collell
- Sant Miquel de Campmajor -**

dies 11, 12 i 13 de setembre

