

# GUIA PER LES FAMÍLIES

## CAMPUS VP JULIOL 2023

### LA DEVESA

#### MATINS i TARDES

*Editat març 2023*



#### Què és el Campus Vòlei Platja?

El 12è Campus Vòlei Platja és organitzat pel Club Voleibol AVAP Girona amb l'objectiu de crear un espai exclusivament dedicat a **l'esport rei de la sorra**: el vòlei platja. Actualment, aquest és un esport en auge practicat **pels amants del voleibol o bé per qualsevol** amb voluntat de gaudir de tot allò que l'envolta. Les platges, l'aire lliure i un bon ambient crea les condicions propícies perquè l'esport i l'activitat física es desenvolupi durant el període de vacances.

Així doncs, aprofitant les sinergies de les instal·lacions esportives municipals de la Devesa i la seva piscina, tenim com a objectiu que els nois i noies d'entre 7 i 18 anys aprenguin un esport nou (gestos tècnics, reglament, tàctiques, estratègies, etcètera) i gaudeixin del que és l'estiu.

## Informació bàsica

- ✓ **Nivell tècnic:** Obert a tots els nivells per a nois i noies.
- ✓ **Calendari:**
  - Campus Matins: del 26 de juny al 28 de juliol. De 9-13h.
  - Servei Menjador: del 26 de juny al 28 de juliol. De 13-15h.
  - Campus Tardes: del 26 de juny al 28 de juliol. De 17-20:30h.
  - **Guia famílies CVP Agost 2023** aquí hi trobaràs tota la informació del 31 de juliol a l'1 de setembre del 2023 matins de 9-13h adreçat a jugadors nascuts del 2009-2015. No fem menjador.

- ✓ **Grups:**

Adreçat a nens i nenes.

- Matins Iniciació i Perfeccionament de 9h a 13h – de 8 a 12 anys – nascuts/des el 2011-15. De 2n a 6è de Primària.
- Servei Menjador: de 13h a 15h. Només grup Matins a la mateixa zona de Pic-nic amb taules i cadires de fusta. Han de dur carmanyola.
- Tardes Iniciació i perfeccionament de 17h a 20:30h – de 13 a 16 anys – nascuts/des el 2010 -2005.

- ✓ **Inscripció i preu del CVP Matins en funció del nombre de setmanes.**

- 2 setmanes - 120€
- 3 setmanes – 170€
- 4 setmanes – 200€
- 5 setmanes – 230€

Descompte: Aplicarem un 10% de descompte del cost total en el cas que hi hagi 2 germans inscrits.

Places limitades. Acceptació de les inscripcions per ordre estricta d'arribada.

- ✓ **Inscripció i preu del menjador.**

- Preu per setmana fixe = 12-15€ (depèn si hi ha sortida)
- Menjador eventual. En el cas que algun/a jugador/a vulgui quedar-se en dies concrets = 3€ al dia. Aquests s'abonaran al mateix dia en metàl·lic als entrenadors.
- Cada nen/a s'ha de dur la carmanyola amb el seu propi menjar.

També s'aplicarà un 10% de descompte del cost del menjador en el cas de 2 germans/es inscrites.

Més informació a l'annex.

Reunió de Pares i Mares el dilluns 19 de juny del 2023 a les 20:30h a través de Zoom. Es resolen dubtes de funcionament. El mateix dia enviarem l'enllaç a través de correu electrònic.

## Entrenadors

- **Entrenadors:**
  - Gisela Oliveras;

- Àngela Moral;
- Sergi Cárdenas;
- Carme Habela;
- Lúa Fariñas;
- Joan Muñoz;
- Guillem Mas.

## Objectius

Objectius bàsics enfocats al vòlei platja:

- 1) Conèixer els principals gestos tècnics fonamentals mitjançant consignes bàsiques;
- 2) Identificar i aplicar cada un dels gestos a les diferents situacions;
- 3) Aplicar petits conceptes estratègics;
- 4) Conèixer el reglament bàsic del vòlei platja diferenciant-lo de la pista;

## Instal·lacions

Zona Esportiva de la Devesa. Instal·lacions Esportives Municipals de la Devesa.

Gestionat pel Servei d'Esports Municipal de l'Ajuntament de Girona.

Adreça Passeig de la Devesa, 38 – 17001 Girona

Telèfon Instal·lació 972 209 354

Horari de la instal·lació a l'estiu: de 9h a 22h

L'obertura de la piscina és de 10h a 20h amb socorristes i personal de la instal·lació.

Descripció de la instal·lació:

- Vestidors homes i dones amb taquilles gratuïtes (1€ de fiança);
- Dutxes i lavabos;
- 3 pistes de tennis i 2 de pàdel;
- 3 Pistes de Vòlei Sorra;
- Font d'aigua i Taules de Picnic amb zones d'ombra;
- 1 Piscina gran i 1 piscina petita de 52 cm de fondària;
- Zona de Pic-Nic;
- Pàrquing de Bicicletes a l'exterior del recinte;



- i. Quadre Blau: pàrquing.
- ii. Quadre Blau Clar: piscina i pistes de vòlei platja.
- iii. Fletxes Vermelles: ambdues entrades a l'edifici per accedir a les instal·lacions.

## Calendari d'inscripció

**1er Període d'Inscripció** de l'1 de maig al 15 de juny. Inscripció preferent.

Adreçat a jugadors/es de les escoles de 'Va de Vòlei' de l'AVAP: Annexa, Bosc Pabordia, Eiximenis, el Pla, Montjuïc, Marta Mata i FEDAC.

Adreçat també als clubs de vòlei de la Ciutat de Girona (Montessori, Volei Girona).

En el cas que el nombre d'inscripcions s'excedeixi del límit de places aleshores no podrem acceptar les últimes inscripcions. S'accepten per estricte ordre d'arribada.

**2on Període d'Inscripció** a partir de l'1 de juny fins que s'esgotin les places.

Adreçat a tothom que vol iniciar-se i provar aquest esport.

**Període d'Inscripció Menjador** obert fins al 15 de juny

**Període de Pagament** (transferència bancària) del 10 de juny fins el 15 de juny.

Els preus inclouen: cobertura mèdica en cas d'accident esportiu, entrenadors i monitors, bus discrecional, samarreta i qualsevol altra activitat que pugui sorgir.

	10 Sessions (2 setmanes)	15 Sessions (3 setmanes)	20 Sessions (4 setmanes)	25 Sessions (5 setmanes)	+ Servei Menjador
<b>Preus</b>	120	170	200	230	12-15€/setmana

## Procediment d'inscripció

- 1) Descarregar el **Full d'Inscripció** del web:
  - a) Emplenar el PDF, amb ordinador;
  - b) Guardar-lo i enviar-lo a [avapgirona@gmail.com](mailto:avapgirona@gmail.com)
- 2) Segons vagin arribant els Full d'Inscripció rebreu una resposta de correu electrònic **confirmant la plaça** al CVP;
- 3) En cas de fer ús del servei menjador, descarregar **Inscripció Menjador** del web:
  - a) Emplenar el PDF, amb ordinador;
  - b) Enviar-lo a [avapgirona@gmail.com](mailto:avapgirona@gmail.com) límit fins el 15 de juny.

## Procediment del Pagament

El període de pagament és del 10 de juny al 15 de juny a través de transferència bancària.

- c) Transferència bancària, entitat Banc Sabadell;
- d) IBAN ES74 0081 5392 1400 0109 3312
- e) Concepte: "CAMPUS + NOM i 1r COGNOM". No cal enviar justificant.
- f) Import, revisa l'import a efectuar. Exemple:

Nº sessions que vaig	+ nº setmanes servei menjador	= Import a transferir
<b>15 (3 setmanes) = 170€</b>	<b>3 setmanes = 36-45€</b>	<b>total = 206-215€</b>

*Nota: els germans/ess tenen un 10% de descompte del total.*

Per exemple: Si el germà/na "X" s'inscriu 3 setmanes (170€) i la germana "Y" s'inscriu 5 setmanes(225€), l'import seria de (170€+230€ = 400€). Aplicant el 10% de descompte l'import total a abonar serà de 360€ (400€ - 40€).

## Què cal dur?

- Biquini/Banyador i tovallola Xanquetes.
- Opcional: malles elàstiques o bé pantalons curts esportius (a sobre del banyador);
- Samarreta amb/sense mànigues adequada per fer esport;
- Material de dutxa (depenent de les mesures covid);
- Ulleres de sol i crema de protecció solar;
- Esmorzar/Berenar: Recomanem fruita, entrepans o bé menjar de fàcil digestió;

## Planificació diària

Matí:

- 9h Trobada a la porta de la Piscina Municipal;
- 9:15h Entrada a pista (Exercicis, Reptes, Jocs);
- 10:30h Parada per banyar-se i esmorzar;
- 11:30h Tornada a pista (Jocs, Competició);
- 12:30 Parada per banyar-se;
- 12:45h Entrada a la dutxa;
- 13h Recollida al *hall* dels vestidors.

Menjador:

- 13h Jocs;
- 13:30h Piscina;
- 14h Inici dinar;
- 14:30h Jocs de calma;
- 15h Recollida al hall de vestidors.

Tarda:

- 17h Exercicis;
- 18:15h Berenar i piscina;
- 19h Jocs, Reptes, Competicions;
- 20:30h Estiraments i Sortida.

## Planificació setmanal

	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
<b>Exple 1</b>	Gests VP	Exercicis Jocs	Jocs competitius	Competició	Sortida

## En el cas de pluja

Cas 1. En el cas de **tempesta** (llampecs i trons) aleshores, ens aixoplugarem al *hall* de l'edifici de la Piscina durant el temps que duri i, tot seguit, reprendrem l'activitat.

Cas 2. En el cas de **pluja intensa** (ruixat) ens aixopluguem al hall.

Cas 3. En el cas de **pluja intensa** a les 16:30-17h al grup Campus Tardes, aleshores, posposem fins que finalitzi la pròpia pluja. Ho gestionem a través de whatsapp amb jugadors/es.

Cas 4. En el cas de **pluja moderada o lleu** (sense trons ni llamps) NO suspenem l'activitat.

## Sortides

DATA	HORARI	SORTIDA	GRUP	OBSERVACIONS
Divendres 07/07	De 9h a 19h	Parc Aquàtic Waterworld	Tots	Bus discrecional
Divendres 14/07	De 9h a 16:30h	Sortida a Port d' Aro de Platja d'Aro	Tots	Bus discrecional
divendres 21/07	De 9h a 16:30h	Sortida a la Platja Gran de l'Estartit	Tots	Bus discrecional

## FAQ (Frequent Answers and Questions)

1. Mai he jugat a voleibol. Puc inscriure'm?

Mai és tard per començar. Precisament, pensem que el Campus és una activitat genial per iniciar-se a aquest esport.

2. En el cas que m'agradi el voleibol, el podré seguir practicant durant l'hivern?

Sí, cada cop són més els clubs i entitats de la ciutat de Girona que projecten equips de voleibol de tots els nivells.

3. Puc, un cop esgotades les sessions, ampliar-ne el nombre?

Sí, sempre i quan es sosté una justificació i el nombre d'inscrits s'adeqüi al límit. Comunica-ho als entrenadors si queden places lliures i efectua la transferència restant.

4. Quant hauré de pagar per una ampliació de sessions?

La diferència. És a dir, si 3 setmanes valen 170€ i n'acabes fent 4 que valen 200€, aleshores, hauràs d'ingressar 30€.

5. Puc inscriure'm només a les sessions dilluns, dimecres i divendres?

No. Recomanem fer tota la setmana sencera (de dilluns a divendres) ja que es persegueixen uns objectius en bloc concrets.

6. El/la jugador/a s'ha posat **malalt/a**. Pot recuperar les sessions perdudes?

Sí. Comunicant-ho als entrenadors sempre i quan hi hagi places lliures.

7. Hi ha servei de **menjador** i guarderia?

Guarderia no. Menjador sí, de dilluns a divendres de 13h a 15h al mateix Complex Esportiu de la Devesa, zona Pícnic.

8. Pot fer la sortida del **Parc Aquàtic** el jugador/a encara que no estigui inscrit/a durant aquella setmana?

No. Tanmateix, pregunteu als entrenadors si sobren places al bus.

9. En cas d'accident o **lesió el procediment** serà el següent:

- a. Primers auxilis mínims. (socorristes de la piscina municipal);
- b. Trucar a la família perquè vinguin, si poden, a recollir el/la jugador/a;
- c. L'entrenador us facilitarà el parte mèdic d'accidents.

10. El jugador/a es ressent de **la lesió hores més tard** de la sessió.

Important. Truqueu al 609034063 (Guillem) abans d'anar a la clínica per urgències ja que us facilitarà el parte. Sense aquest no us atendran.

11. Pot el jugador/a **sortir del complex** per comprar menjar?

No, al mateix complex hi ha una màquina dispensadora que ofereix caramels, bosses de patates, refrescs i queviures vàries.

12. Hi ha **nevera** per guardar el menjar o objectes de valor?

Sí, hi ha una nevera a disposició. Podeu guardar coses també a la taquilla del vestidor utilitzant una moneda d'1€ de dipòsit. Si no es guardarà a les pistes on no toca el sol.

13. Puc inscriure'm al menjador únicament els dilluns i dimecres de cada setmana?

Sí, abonant la tarifa corresponent de 3€/dia a l'instant al entrenador.

14. Puc inscriure'm al **menjador eventualment** i al mateix dia en cas de necessitat imprevisible?

Sí, abonant la tarifa corresponent de 3€/dia. Tanmateix, us demanem a les famílies una previsió per contractar els monitors necessaris.

15. Puc recollir el jugador/a fora d'horari, és a dir, a les 12:30h o bé a les 14:30h?

Sí, avisant als entrenadors prèviament o bé entrant a consergeria i demanant pel nen/a.

16. En cas d'ampliació de sessions o de fer ús del menjador de manera eventual, com i quan haig d'ingressar els diners?

Abans de la finalització del CVP, el 2 d'agost, haureu d'haver abonat aquesta diferència via transferència o pagament en mà si significa una petita quantitat.



## Resum reunió de pares i mares

Dilluns 19 de juny 2023 a les 20:30h a través de Google Meet. Rebreu un correu electrònic.

Durada prevista 35 minuts.

- Adreçat a les famílies del Campus Matins i Tardes. Si volen poden participar també les jugadores.
- Ordre del dia:
  1. Introducció i presentació monitors.
  2. Metodologia i Planning d'activitats.
  3. Altres.

### 1. Introducció

Explicació espais, activitats, sortides i preus. Cedir Mòbils monitors.

### 2 Metodologia i Planning d'activitats

Parlarem de la metodologia d'aprenentatge i de cada una de les activitats i sortides.

Presentarem l'equip d'entrenadors i monitors.

### 3. Altres, Precs i Preguntes

1. En cas d'accident o **lesió el procediment** a seguir.
2. Es prega a les jugadores puntualitat i, en cas contrari, avís previ a l'entrenador.
3. Aclariments pluja.
4. Les de servei menjador poden dur cartes i jocs de taula per fer la digestió amb calma.

Resoldre dubtes o qualsevol cosa.