

# GUIA PER LES FAMÍLIES

## CAMPUS VP 2021

**SETEMBRE**

**LA DEVESA**

**MATINS**

*Editat juliol 2021*



### Què és el Campus Vòlei Platja?

El 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 unes condicions propícies perquè 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 14 anys aprenguin un esport nou (gests tècnics, reglament, tàctiques, estratègies, etcètera) i gaudeixin del que és l'estiu.

### Per què el setembre?

Aprofitar aquells dies de setembre abans d'entrar a l'escola per tal d'afrontar la nova temporada amb més motivació i augmentar-ne el bagatge.

## Informació bàsica

- ✓ **Nivell tècnic:** Obert a tots els nivells. No cal saber-ne ni haver jugat prèviament.
- ✓ **Calendari:** del 30 d'agost al 10 de setembre del 2021. De dilluns a divendres.
- ✓ **Grups i edats:**
  - Matins Iniciació i Perfeccionament de 9h a 13h – nascudes el 2008-13. De 3r de Primària a 2n de Secundària.
  - Per formar els grups prevaldran criteris tècnics i d'amistat.

No s'ofereix **Campus Tardes**. Tampoc NO oferim **servei menjador** de 13-15h.

- ✓ **Preu** del CVP Matins en funció del nombre de dies i setmanes.
  - Un dia = 9€
  - Una setmana - 5 dies = 45€
  - Dues setmanes - 10 dies = 90€
  - En el cas d'assistir-hi dies solts, aleshores, multiplicar per 9€
- ✓ **Termini d'inscripció** del 20 de juliol al 25 d'agost.
  - Acceptació de les inscripcions per ordre estricta d'arribada.
  - En el cas d'haver places disponibles es prolongarà el termini d'inscripció.
  - Cal tenir en compte que fem vacances del 2 al 23 d'agost i no us contestarem els correus electrònics.
- ✓ Es recomana fer una setmana sencera. Tanmateix, us podeu inscriure, per exemple, un dilluns, dimecres i divendres.
- ✓ **Adreçat a jugadors/es** de la Lliga 'Va de Vòlei', l'AVAP, Vòlei Girona i qualsevol altre club de la província. També a germans/es de jugadors de voleibol i a tothom que vol iniciar-se en aquest esport.

## Procediment d'inscripció

- 1) Enviar un correu electrònic senzill i simple
  - a) Especificant els dies d'assistència
  - b) l'adreça [avapgirona@gmail.com](mailto:avapgirona@gmail.com)
- 2) En el cas de ser la 1<sup>a</sup> vegada d'assistir al Campus Descarregar el **Full d'Inscripció Setembre** del web:
  - a) Emplenar el PDF, amb ordinador;
  - b) Guardar-lo i enviar-lo a [avapgirona@gmail.com](mailto:avapgirona@gmail.com)
- 3) Segons vagin arribant els Full d'Inscripció rebreu una resposta de correu electrònic **confirmant la plaça**; exceptuant si l'envieu entre el 2 i 23 d'agost.

## Procediment del Pagament

**Període de Pagament** (transferència bancària) del 1 al 10 de setembre a través de transferència bancària.

- a) Transferència bancària, entitat Banc Sabadell;
- b) IBAN ES74 0081 5392 1400 0109 3312
- c) Concepte: "CAMPUS + COGNOM". No cal enviar justificant

*Nota: les germanes tenen un 10% de descompte del total.*

Els preus inclouen tot: cobertura mèdica en cas d'accident esportiu, piscina, entrenadors i monitors. No inclou ús del vestidor.

## Entrenadors

- **Entrenadors Permanents:**
  - Per confirmar.
- **Monitors/es:**
  - Per confirmar.

## Objectius

Objectius bàsics enfocats al vòlei platja:

- 1) Conèixer els principals gests tècnics fonamentals mitjançant consignes bàsiques;
- 2) Identificar i aplicar cada un dels gests 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

Descripció de la instal·lació:

- Vestidors homes i dones amb taquilles gratuïtes (1€ de fiança);
- Dutxes i lavabos;
- 1 Hall d'entrada i sortida;
- 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 gespa amb hamaques;
- Zona de Pic-Nic;
- Pàrquing de Bicicletes a l'exterior del recinte;



- i. Quadre Blau: pàrquing. Atenció els dimarts que hi ha mercat i no es pot aparcar!
- ii. Quadre Blau Clar: piscina i pistes de vòlei platja.
- iii. Fletxes Vermelles: ambdues entrades a l'edifici per accedir a les instal·lacions.

## Què cal dur?

- Biquini/Banyador, tovallola i xanquetes.
- Opcional: malles elàstiques o bé pantalons curts esportius (a sobre del banyador);
- Samarreta amb/sense mànigues adequada per fer esport;
- Ulleres de sol i crema de protecció solar;
- Esmorzar: 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;
- 13h Recollida al *portal de les pistes de tennis* de la pròpia instal·lació.

## En el cas de pluja

Cas 1. En el cas de **pluja intensa** (ruixat) o **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.

Hi ha la possibilitat, amb temps, d'usar un pavelló municipal en cas de pluja.

Cas 2. En el cas de **pluja moderada o lleu** (sense trons ni llamps) NO suspenem l'activitat ni la reubiquem.

## 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. Demana'n informació.

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

Sí. Tot i així, recomanem fer tota la setmana sencera (de dilluns a divendres) ja que es persegueixen uns objectius en bloc concrets.

4. 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.

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

Guarderia no i menjador tampoc.

6. 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. En cas de no poder recollir-la, la durem a Urgències a la Clínica i si fa falta a casa;
- d. L'entrenador us facilitarà el parte mèdic d'accidents.

7. 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.

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

No, poden guardar-ho a la taquilla del vestidor utilitzant una moneda d'1€ de dipòsit. Si no es guardarà a les pistes on no toca el sol.

9. Puc recollir el jugador/a fora d'horari, per exemple, a les 12:30h?

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