

# CAMPUS DE TECNIFICACIÓ ESPORTIVA DE BTT- FORNELLS DE LA SELVA



## CAMPUS DE TECNIFICACIÓ ESPORTIVA

BTT – FORNELLS DE LA SELVA 2020

- Entrenaments de BTT
- Treball funcional
- Tallers de mecànica
- Formacions de bases de l'entrenament
- i molt més!



DEL 06 AL 17 DE JULIOL  
DE DILLUNS A DIVENDRES

Acollida de 8:00 a 9:00  
de 9:00 a 13:30  
o de 9:00 a 15:00

+ INFO I INSCRIPCIONS  
[WWW.BTTFORNELLS.ORG](http://WWW.BTTFORNELLS.ORG)



Ajuntament de  
Fornells de la Selva

## PRESENTACIÓ I MOTIVACIÓ DEL PROJECTE

Des del Club BTT Fornells de la Selva volem fer un pas més dins l'oferta d'extraescolar de BTT i trial, classes d'Enduro, casal d'estiu i colònies d'Enduro. En aquest cas us presentem un servei més especialitzat per a **cadets i juniors** que realment els hi motiva i els engresca el món de la bicicleta de muntanya. Sempre entenen la finalitat del campus com una educació integral, on la naturalesa i el medi ambient tenen una gran importància en el bon desenvolupament del futur dels adolescents. És per aquest motiu, que volem oferir un **campus de tecnificació** que posi la natura i la bicicleta de muntanya en el centre de les activitats.

Els participants del campus de tecnificació es relacionaran amb l'entorn natural de Fornells de la Selva i de les Gavarres a través de la bicicleta de muntanya, així com, la formació amb les bases de l'entrenament i de la mecànica de la bicicleta, la introducció en l'entrenament funcional, xerrades formatives, com també de la interacció i col·laboració amb els companys, per tal de seguir amb el creixement personal de cada participant. Es crea aquest projecte educatiu de tecnificació esportiva per a cobrir les peticions i necessitats dels usuaris del club, en aquest cas dels cadets i juniors, i també de tots els interessats d'altres poblacions i clubs.

## TIPUS D'ACTIVITATS:

- Rutes de bicicletes de muntanya
- Activitats de muntanya i de contacte amb la natura
- Tallers de mecànica
- Formació amb les bases de l'entrenament
- Introducció en els entrenaments de gimnàs i funcionals
- Xerrades d'especialistes en la matèria
- Activitats per afavorir l'autonomia i el desenvolupament personal a partir de noves vivències i experiències

**Ciclisme, Entrenament funcional, Taller de mecànica, Xerrades i molt més!**

## OBJECTIUS GENERALS I ESPECÍFICS

- Aprendre a gaudir del **ciclisme** mentre ho passem bé i enfortim les relacions interpersonals, tot en un entorn segur.
- Fomentar els **valors**: amistat, respecte, col·laboració, hàbits de treball i enfortiment de l'autoestima.

→ Fomentar el **desenvolupament integral** de la persona mitjançant la pràctica **esportiva**.

→ Fomentar les **relacions socials i interpersonals** entre individus, mitjançant activitats en equip.

## **HORARI**

8:00h - 8:45h Acollida

8:45 – 9:00h Trobada

9:00 – 13:30h Activitats del campus

13:30 – 15:00h Menjador

## **EDATS**

Edats entre 14 i 17 anys. Grups segons edat i nivell.

## **CALENDARI**

2 setmanes: del 06 al 17 de juliol, de dilluns a divendres.

Setmana 3: 06 - 10 de juliol

Setmana 4: 13 - 17 de juliol

## **ESPAIS A UTILITZAR:**

- Exterior zona esportiva i bosc: per a fer les activitats d'exterior.
- Caseta de l'escola BTT Fornells: per guardar material i fer les activitats d'interior (es poden guardar les bicicletes).
- Local d'entitats: activitats d'interior i lloc de refugi en cas de mal temps.
- Piscina: Activitat de piscina de 13:00 a 13:30 cada dia (dilluns a divendres).
- Pavelló antic: Per el menjador, de 13:45h a 15:00h.

## ASSEGURANCES

El club BTT Fornells disposa d'una assegurança de responsabilitat civil (RC).

A més, des del club BTT Fornells es tramitarà una assegurança individual per a cada infant que cobreixi tota l'activitat del casal.

## PREUS:

| PREUS PER SETMANA                          | 9:00 -<br>13:30 | 9:00 -<br>15:00 |
|--------------------------------------------|-----------------|-----------------|
| Estàndard                                  | 72€             | 122€            |
| Socis del BTT Fornells i 2ns<br>germans/es | 65€             | 115€            |

Acollida 8:00 - 9:00h 12€ a la setmana (mínim de 4 infants)

Acollida socis i 2ns germans/es 8:00 - 9:00h 10€ a la setmana

Acollida dia esporàdic: 5€

Dinar dia esporàdic: 15€