



PROGRAMACIÓ

L'activitat es realitza de 09:00h a 14:00h a les instal·lacions de l'Escola de Piragüisme de Sort, i al riu Noguera Pallaresa per a grups més avançats. Les agrupacions es fan segons edat i nivell. Les sessions diàries es divideixen en 3h de piragüisme i 2h de multiesports.

Aquestes estades pretenen introduir als més petits les nocions bàsiques del piragüisme a través de jocs i activitats lúdiques fomentant el companyerisme, la confiança amb el medi i sobretot, gaudint!!! Els alumnes amb nivells més avançats evolucionen en aspectes tècnics del piragüisme i de seguretat bàsica al riu mitjançant descensos en varis trams i sessions tècniques al camp d'eslàlom de Sort.

*Des de l'AEPallars recomanem participar en un mínim de dues setmanes per a poder assolir les destreses bàsiques. Per tots aquells que vulguin continuar després del curs, poden incorporar-se a l'equip de perfeccionament només pagant la part proporcional fins a finals d'any!!!

Els cursos **Remulla't** són impartits per professionals amb TD1 i TD2

 **Oficina poliesportiu Els Til·lers de Sort**
Dilluns a divendres de 16:00h a 20:00h
608101033 / 973621457
www.aepallars.org
info@aepallars.org

Organitza:

Instal·lacions:
 L'alberg de Sort
Escola de Piragüisme

Aquest estiu... Remulla't 2018

Cursos de piragüisme per a nens i nenes de 6 a 18 anys



#aepallars



#diversió



#estiu'18

REMULLA'T són els cursos de piragüisme d'estiu per a nens i nenes de 6 a 18 anys que organitza l'**Associació Esportiva Pallars** del 2 de juliol al 31 d'agost. Aprendre la tècnica bàsica i perfeccionada del piragüisme tant en aigües tranquil·les com en aigües braves, combinades amb la pràctica diària de varies activitats esportives.

**TRANSPORT
GRATUÏT**
*veure detall



Patrocinen:



CAFÈ & HOTEL
Restaurant
PESSETS
Des de 1861



SEFOCATS
servis forestals de catalunya



Amb la col·laboració de:












DATES DELS CURSOS

Marcar les setmanes que voleu fer el curs:

JULIOL

AGOST

2 juliol - 6 juliol 	6 agost - 10 agost 	<input type="checkbox"/> ← Marqueu aquí si voleu la opció de transport gratuït	
9 juliol - 13 juliol	13 agost - 17 agost 		
16 juliol - 20 juliol 	20 agost-24 agost 		Les setmanes marcades amb el símbol  tenen la opció de transport gratuït des d'Esterrí d'Àneu-La Guingueta-Escaló-Llavorsí-Rialp. (mínim 4 nens).
23 juliol - 27 juliol 	27 agost-31 agost 		
30 juliol - 3 agost 			

Informació transport:

- Els nens/es que utilitzin el servei de transport no podran optar a la opció de dinar.
- El servei de transport recollirà al primer/a nen/a a les 09:00h. (aprox.) i el retornarà al mateix punt de sortida a les 14:00h. (aprox.)
- Per a gaudir d'aquest servei ho hauran de sol·licitar un mínim de 4 nens/es.
- En cas de que fos necessari, heu de facilitar la cadira/alçador del nen/a.

Horari

Marcar la opció triada:

09:00h a 14:00h (sense dinar)

09:00h a 15:00h (*dinar a l'Alberg Escola de piragüisme)

**opció dinar 6€/dia*

Preus

(per nen/a)

⁽¹⁾ 99€/25hores setmanals = 4€/h. (aprox.)

Curs Remulla't d'una setmana de durada: **99€** ⁽¹⁾

Preu setmanal a partir de la 2^a setmana: **79€**

Material necessari:

- Roba esportiva, neoprè (o bé samarreta tècnica o tèrmica), banyador, tovallola, xancles tancades o escarpins i protector solar.
- És recomanable portar alguna cosa per a fer un mos a mig matí (entrepà, peça fruita,...)
- Assegurança esportiva obligatòria: Aquells nens i nenes que no en tinguin, l'AEPallars els hi pot tramitar una.

El preu del curs Remulla't inclou:

- Curs de piragüisme.
- Tot el material tècnic: pala, armilla, piragua, casc i cubrebanyeres.
- Samarreta AEPallars.
-

ASSEGURANÇA a tramitar:

•Llic. Fed. Cat. Piragüisme: 9€/30 dies.

•Llic. Fed. Cat. Espeleologia: 16,5€/any.

•Tinc una assegurança que cobreix caiaç.*

*(indicar quina:)

BUTLLETA D'INSCRIPCIÓ

DADES PERSONALS DEL NEN/A I DE CONTACTE

Nom i cognoms _____

Núm. CATSALUT _____

Data naixement _____ DNI _____

Telèfon / e-mail _____ / _____

MODALITAT DE PAGAMENT

Transferència al n^o compte ES16 2100 0043 94 0200247317

IMPORTANT: Especificar nom del/la nen/nena a les dades de l'ingrès.

AUTORITZACIÓ I DRETS D'IMATGE.

Autoritzo al meu fill/a: _____

a realitzar l'activitat de piragüisme. Autoritzo que la imatge del meu fill/a pugui aparèixer en fotografies corresponents als cursos de piragüisme organitzats per l'Associació Esportiva Pallars i publicades en : Pàgina web de l'entitat, Filmacions destinades a difusió pública no comercial, Presentacions digitals, Fotografies per a revistes o publicacions.

Nom i cognoms del pare, mare, o tutor/a legal: _____

DNI o passaport del pare, mare o tutor/a legal de l'alumne/a: _____

Data actual: _____

DRETS D'IMATGE:

Atès que el dret a la pròpia imatge és reconegut en l'article 18.1 de la Constitució Espanyola i està regulat per la Llei orgànica 1/1982, de 5 de maig, sobre el dret a l'honor, a la intimitat personal i familiar i a la pròpia imatge, la direcció d'aquesta entitat demana el consentiment als pares, mares o tutors legals per poder publicar fotografies i vídeos on apareguin els seus fills i filles i hi siguin clarament identificables.

CONDICIONS

1. Les inscripcions es tanquen 7 dies abans de l'inici del curs.
2. Les places estan limitades i el mínim són 6 inscrits.
3. Recomanem realitzar la inscripció el més aviat possible per assegurar les places en les dates desitjades.
4. ÉS IMPRESCINDIBLE SABER NEDAR.
5. És necessari ser soci/a de l'AEPallars (preu anual).

28€ Quota nominal

48€ Quota familiar

Retornar emplenat juntament amb el comprovant de pagament a l'oficina de l'Associació Esportiva Pallars o per e-mail a: info@aepallars.org

