



CAMPUS INCLUSIVO FUNDACIÓN JESÚS SERRA

Iniciación y tecnificación: esquí alpino, esquí de fondo y snowboard

Baqueira-Beret, del 16 al 21 de diciembre de 2022



Motorsol



Vehículos Comerciales

PRANARŌM

AROMATERAPIA CIENTÍFICA

Presentamos una nueva edición del Campus FJS, actividad que se basa en el desarrollo de la iniciación al deporte y a la competición en las modalidades de esquí alpino, esquí de fondo y snowboard para esquiador@s y riders. El campus cuenta con un programa de entrenamiento técnico-táctico, preparación física, psicológica, nutrición y preparación de material.

Como Campus Inclusivo, participaran deportistas sin discapacidad de las categorías U-12 y U14, buscando una inmersión en el mundo del deporte adaptado. Conviviendo durante una semana esquiadores y riders con y sin discapacidad. Destinando 4 plazas para deportistas sin discapacidad y 10 para deportistas con discapacidad.

Fecha y lugar de inicio y finalización:

Inicio el viernes 16 de diciembre a las 19.00h, en el Hotel Vila-Garós ****(Carrer de la Carretera de Garós, 5, 25539 Garós, Val d'Aran) y finalización el 21 de diciembre a las 16:00h.



Planning:



	16/12/22	17/12/22	18/12/22	19/12/22	20/12/22	21/12/22
	vie	sab	dom	lun	mar	mie
07:00-07:30	Viaje					
07:15-08:00		Desayuno	Desayuno	Desayuno	Desayuno	Desayuno
08:00-08:30		Desplazamiento pistas	Desplazamiento pistas	Desplazamiento pistas	Desplazamiento pistas	Desplazamiento pistas
08:30-09:00		Entrenamiento Técnico	Entrenamiento Técnico	Entrenamiento Técnico	Entrenamiento Técnico	Entrenamiento Técnico
09:00-10:00						
10:00-11:00						
11:00-12:00						
12:00-13:00		Desplazamiento hotel	Desplazamiento hotel	Desplazamiento hotel	Desplazamiento hotel	Desplazamiento hotel
13:00-13:30		Comida	Comida	Comida	Comida	Comida
14:00-15:00		Descanso	Descanso	Descanso	Descanso	Valoración
15:00-16:00		Pres. estructuras / Exp. Mundial	Taller de material	Psicología	Preparación Física	Viaje
16:00-17:00						
17:00-18:00		Libre	Libre	Libre	Libre	
18:00-19:00						
19:00-20:00	Presentación					
20:00-20:30	Revisión material					
20:30-22:00	Cena	Cena	Cena	Cena	Cena	
22:00-07:00	Descanso	Descanso	Descanso	Descanso	Descanso	

Inscripción:

-En el link: <https://form.jotform.com/223242535157351>

Para inscribirse al Campus se ha de disponer de la licencia federativa activa, así como comprometerse a llevar a cabo el programa previsto al completo.



Diputació de Lleida





Desplazamientos:

A cargo del deportista hasta la Residencia Deportiva (Hotel Vila Garos ****)

Documentación necesaria:

DNI o Pasaporte.
Documentos de lesión (diagnósticos médico-forenses, etc).
Licencia deportiva de la temporada en vigor.
Autorización actividad, protección de datos y derechos de imagen.

Motorsol



PRANARŌM

AROMATERAPIA
CIENTÍFICA

Material necesario:

Material entrenamiento técnico: esquís, tabla snow, equipación de nieve, casco, tortuga.
Material entrenamiento físico: ropa deporte, botellín, toalla.



Coste actividad:

La actividad está financiada por FJS, por lo que no tiene coste para los participantes e incluye el alojamiento en PC en el Hotel Vila-Garos****, el forfait, el desplazamiento a pistas y las sesiones de entrenamiento técnico, físicos, psicológico, nutrición y preparación de material.



Contacto y confirmación:

DIRECCIÓN:	Andrés Gómez:	609 536 411	andres@cdia.es
ALPINO:	Juan Carlos Ramos:	659 330 984	alpino@cdia.es
SNOW:	Alejandro Arenas Panduro	695 850 376	cdiasnow@gmail.com
FONDO:	Pol Makuri Redoland	666 857 931	info@cdia.es



Bexen medical

