



## CAMPUS INCLUSIVO FUNDACIÓN JESÚS SERRA

### Iniciación a la competición, esquí alpino, esquí de fondo y snowboard

#### Baqueira-Beret, del 23 al 28 de enero de 2022



**Motorsol**



**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, con un programa de entrenamiento técnico, preparación física, preparación psicológica, nutrición, preparación de material, ...

Para esta edición se propone que se integren deportistas sin discapacidad, buscando una inmersión en el mundo del deporte adaptado. Conviviendo durante una semana esquiadores y riders con y sin discapacidad. Destinando 6 plazas para deportistas sin discapacidad y 14 para deportistas con discapacidad.

**Fecha y lugar de inicio:**

Inicio el domingo 23 de enero a las 19.00h, en la Residencia Deportiva, Hotel Vila-Garós \*\*\*\*  
(Carrer Carretera de Garós, 5, 25539 Garós, Lérida.)

**Fecha y lugar de finalización:**

La concentración se finaliza el viernes 28 de enero a las 16.00h, en la Residencia Deportiva, Hotel Vila-Garós \*\*\*\* (Carrer Carretera de Garós, 5, 25539 Garós, Lérida)

**Planning:**

	23/1/2022 D	24/1/22	25/1/22	26/1/22	27/1/22	28/1/22
	dom	lun	mar	mie	jue	vie
07:00-07:30	Viaje					
07:30-08:00		Desayuno	Desayuno	Desayuno	Desayuno	Desayuno
08:00-08:30		Desplazamiento pistas	Desplazamiento pistas	Desplazamiento pistas	Desplazamiento pistas	Desplazamiento pistas
08:30-09:00						
09:00-10:00		Entrenamiento Técnico	Entrenamiento Técnico	Entrenamiento Técnico	Entrenamiento Técnico	Entrenamiento Técnico
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						
16:00-17:00						
17:00-18:00		Psicología	Taller de material	Preparación Física	Análisis técnico en video	Viaje
18:00-19:00		Nutrición				
19:00-20:00		Presentación	Libre	Libre	Libre	
20:00-21:00		Revisión material				
21:00-22:00		Cena	Cena	Cena	Cena	
22:00-23:00						
23:00-07:00		Descanso	Descanso	Descanso	Descanso	

**Inscripción:**

A través de las FFAA y Clubes en caso de no tener FFAA. Los participantes con licencia nacional FEDPC deberán enviar el formulario adjunto debidamente cumplimentado **antes del 19 de enero a las 20:00 horas**, a la dirección [deportes@fedpc.org](mailto:deportes@fedpc.org).





Para disponer de la información de los participantes se ha de completar también este formulario:  
<https://form.jotform.com/22003209310533>



Para inscribirse al Campus se ha de tener disponibilidad para realizar el programa previsto al completo. Así como disponer de licencia federativa activa.

## Motorsol



### Desplazamientos:

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

### Documentación:

DNI.

Pasaporte.

Documentos lesión (diagnósticos médico-forenses, etc.)

Licencia deportiva de la temporada en vigor.

Autorización actividad, protección de datos y derechos de imagen.

## 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 patrocinada por FJS, por lo que no tiene coste para los participantes, incluyendo 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:

Andrés Gómez: 609 536 411

Juan Carlos Ramos: 659 330 984



### NORMATIVA PARA LA PREVENCIÓN DE COVID-19.

A la presente actividad se le aplicarán las normativas/protocolos en relación con la prevención de COVID de la:

FEDDF ([Normativa FEDDF](#)) Se ha de enviar la Declaración Responsable de cada inscrito al Campus.

FEDPC. ([Normativa FEDPC](#)) Se ha de enviar la Declaración Responsable de cada inscrito al Campus.

Los participantes tendrán que presentar el pasaporte COVID o en su defecto un certificado de antígenos negativo.

Al inicio y durante la actividad se realizarán test de antígenos a tod@s los participantes.

Las Federaciones Españolas organizadoras de la actividad o competición fijarán bajo convenio entre las partes aquellas figuras/responsables del cumplimiento de los protocolos e higiene COVID-19.



## INSCRIPCIÓN PARTICIPANTES FEDPC

CAMPUS FUNDACIÓN JESÚS SERRA - ENERO 2022

### DATOS DEPORTISTAS

1er Apellido	2º Apellido	Nombre	F. nacimiento	Licencia	FFAA	CLUB

### DATOS ACOMPAÑANTES

1er Apellido	2º Apellido	Nombre	Licencia	FFAA	Club

Enviar cumplimentado a la FEDPC antes del miércoles 19 de enero a las 20:00

Dirección de envío: [deportes@fedpc.org](mailto:deportes@fedpc.org)