



# ACTIVITATS ESPORTIVES i LÚDIQUES

## CUCAestiu 2021

organitza



REGIDORIA  
D'ESPORTS

Ajuntament



de Trempt

inscripcions

[www.inscripcions.cat](http://www.inscripcions.cat)

**Cursets Natació iniciació i tecnificació -**

**- Aqua Fitnes -- Pilates -**

**Mulla't - 9a Cursa dels Cavalls -**

**Mètode Hipopressiu**

## CURSET DE NATACIÓ: INICIACIÓ I TECNIFICACIÓ

Cursets de natació per a escolars que volen INICIAR-SE en la natació i pels que volen millorar els estils i fer TECNIFICACIÓ.

Heu d'eleger l'hora del curset i el nivell de cada participant.

DATES:	1r CURSET: de l'5 al 16 de juliol. 2n CURSET: del 19 al 30 de juliol. 3r CURSET: del 2 al 13 d'agost
EDATS:	escolars de 4 a 15 anys.
LLOC:	Piscina municipal
HORARI:	escolars: de 10 a 10'50 : saben nadar i tecnificació d' 11 a 11'50 : iniciació no saben nadar de 19'45 a 20'35: iniciació no saben nadar saben nadar una mica
DURACIÓ:	cada curset serà de 10 sessions, de dilluns a divendres.
MONITORA:	Conxita Boixadera
PREU:	En el moment de fer la inscripció els qui s'apunten a més d'un curset, tindran un descompte en el preu a pagar.

PREU:		Abonats	No Abonats
Escolars	Un curset	35,00	49,00
	Dos cursets	56,00	78,00
	Tres cursets	84,00	117,00



## CURSET DE NATACIÓ ADULTS I TECNIFICACIÓ

Curset de natació per a escolars que volen millorar els estils i fer TECNIFICACIÓ i pels ADULTS que volen aprendre a nadar i millorar els seu estil.

DATES:	Un CURSET: del 5 al 30 de juliol
DURACIÓ:	El curset serà de 12 sessions.
EDATS:	Escolars que sàpiguen nadar per perfeccionar Adults majors de 15 anys.
LLOC:	Piscina municipal
HORARI:	Es farà un curs de 20'40h a 21'30h
DIES:	els dilluns, dimecres i divendres.

PREU:		Abonats	No Abonats
Adults i tecnificació	un curset	40,00	56,00

## AQUA-FITNES i PILATES

Els participants podran fer les dos activitats els dimarts i dijous a la Piscina Municipal.

El preu d'inscripció inclou les dos activitats, per el que es pot elegir fer les dos activitats o una de sola.

DATES:	Un CURSET: de l'1 al 29 de juliol.
DIES:	dimarts i dijous a la Piscina Municipal.
EDATS:	Aqua-fitness: majors de 12 anys. Pilates: majors de 15 anys
HORARI :	Aqua-fitness: tarda: de 20'45 h a 21,30 h Pilates: matí: de 8'00 a 8'45 h
DURACIÓ:	El curset serà de 9 sessions.
MONITORA:	Conxita Boixadera

PREU:	Abonats	No Abonats
un curset	32,00	45,00

## MANTENIMENT HIOPRESSIUS

La Regidoria d'Esports, organitza un curset de manteniment del mètode hipopressiu adreçat a tots els que hagin fer el curs inicial.

EDATS:	majors de 15 anys.
DATES:	Un CURSET: del 5 al 28 de juliol.
DURACIÓ:	El curs serà de 8 sessions.
DIES:	Dilluns i dimecres al pavelló Juncar
HORARI :	tarda: de 18'45 a 19'15h
MONITORA:	Conxita Boixadera

PREU:	Abonats	No Abonats
curset	35,00	49,00

**AVÍS:** Amb motiu de les mesures sanitàries, que s'han de prendre per la pandèmia, hi ha places limitades per participar en els cursets. Seran per ordre d'inscripció i no se'n podran habilitar més places, excepte si hi es produeix una baixa.

En els cursets de natació s'ha d'elegir l'hora que es vol fer el curset i el grup en el que ha d'anar segons el seu nivell de natació. (si sap nadar una mica o no en sap gens, o vol fer millora i tecnificació)

S'han de fer per la web: [www.inscripcions.cat](http://www.inscripcions.cat)



## IX CURSA NOCTURNA “EL CAMÍ DELS CAVALLS “

La Regidoria d'Esports de Trepmp organitza el **dimecres 11 d'agost**, la 9a cursa nocturna “el camí dels cavalls”, amb una distància de 6,7 km. La sortida i l'arribada es faran a la plaça Capdevila, i està oberta a tothom des de nens fins a gent gran, i es podrà fer caminant o corrent.

Horaris:

22,30 h: els que volen córrer

22,30 h: els que volen caminar

Les inscripcions es poden fer abans del dia 10 a les oficines del Patronat, en el pavelló del juncar, i el dia 11 a partir de les 20,45 h en la pl. Capdevila.

Preu: 2 € (menors de 8 anys gratuït)



Amb el suport de:

## MULLA'T PER L'ESCLEROSI MÚLTIPLE

El cap de setmana 10 i 11 de juliol se celebraran les activitats de la Campanya Mulla't per l'esclerosi múltiple. S'organitzaran diferents activitats a la piscina municipal de Trepmp, i es vendrà material per col·laborar amb la campanya.



**NOTA:** Amb motiu de les mesures sanitàries que s'han de prendre per la pandèmia, s'aplicaran les vigents en el moment de fer les activitats. Si s'hagués de suspendre alguna activitat es retornaran els imports pagats.

### **Normativa Protecció de dades**

D'acord amb el que estableix l'article 13 del Reglament General de Protecció de Dades, l'informem que les seves dades seran tractades per a la gestió de l'activitat sol·licitada, per a informar de les activitats similars que s'organitzin, i si ho autoritza per a la utilització de la seva imatge. El responsable del tractament és l'Ajuntament de Trepmp. La base jurídica és la prestació del servei i una obligació legal derivada de la Llei 14/2010, del 27 de maig, dels drets i les oportunitats en la infància i l'adolescència, de la Llei 26/2015, de 28 de juliol, de modificació del sistema de protecció a la infància i l'adolescència, i de la Llei Orgànica 1/1982, de 5 de maig, de protecció civil del dret a l'honor, a la intimitat personal i familiar i a la pròpia imatge. Les seves dades no seran cedides a tercers, excepte per cas d'urgència mèdica als centres sanitaris. Així mateix s'informa de la possibilitat d'exercir els seus drets d'accés, rectificació, supressió, oposició, portabilitat i limitació de les dades mitjançant la remissió d'un escrit dirigit al Responsable del Tractament de les Dades de l'Ajuntament de Trepmp a l'adreça Plaça de la Creu,1, CP.25620 Trepmp, mitjançant la Seu Electrònica, o per correu electrònic a [dpd@trepmp.cat](mailto:dpd@trepmp.cat). Per a més informació consulti la nostra política de privacitat a [www.ajuntamentdetrepmp.cat](http://www.ajuntamentdetrepmp.cat)

## **INFORMACIÓ:**

**Pavelló Juncar: telf. 973 651 379 -- 639 780 773**

**Ajuntament: telf. 973 650 005**

**[www.trepmp.cat/esports](http://www.trepmp.cat/esports)**

**email: [esports@trepmp.cat](mailto:esports@trepmp.cat)**

**Inscripcions a**  
**[www.inscripcions.cat](http://www.inscripcions.cat)**

