

ACTIVITATS ESTIU

l'estiu d'en
CAMBRI

2010

Un estiu
bestial!!



ÍNDEX

Calendari 2010	2
Activitats d'Estiu	2
Informació General	4
Beques	5
Infants (de 3 a 8 anys)	6
Joves (de 9 a 14 anys)	6
Campus	8
Cursos de natació	8
Vela	9
Windsurf	9
Colònies	10
Estiu a l'Aire Lliure	10
Biblioteca Pública	11
Joc de l'estiu	11
Cinestiu	11
Activitats a la Platja	12
Esdeveniments Esportius	13
Sala Polivalent-Sala Spinning	15

CALENDARI 2010

JUNY

	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

JULIOL

			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

AGOST

						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

SETEMBRE

		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12

ACTIVITATS D'ESTIU

DATES

- 1a setmana: del 28 de juny al 2 de juliol
- 1r torn: del 5 de juliol al 16 de juliol
- 2n torn: del 19 al 30 de juliol
- 3r torn: del 2 al 13 d'agost
- 4t torn: del 16 al 27 d'agost
- Última setmana: del 30 d'agost al 3 de setembre (Sense activitat aquàtica per tancament de la piscina)

11 de juliol: inici primer torn de colònies

25 de juliol: inici segon torn de colònies

INSCRIPCIONS

8 de juny: inici inscripcions activitats de 3 a 14 anys

10 de juny: inici inscripcions VELA, WINDSURF i CURSETS de natació

PREUS ACTIVITATS

Preus per franja horària de 4 hores

(9 a 13 h i/o 15 a 19 h, de 3 a 8 i de 9 a 14 anys)

1a setmana (4 dies) 24 € / torn

1 torn 60 € / torn

2 a 4 torns 55 € / torn

Última setmana (5 dies) 30 € / torn

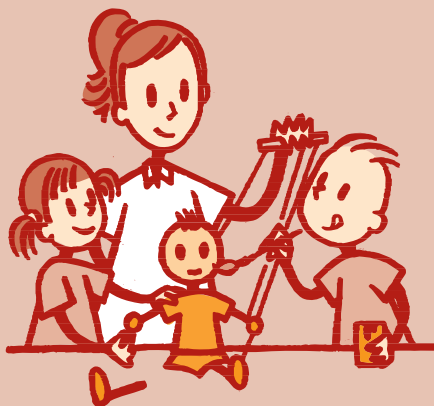
Assegurança obligatòria 4 €

SERVEI DE GUARDERIA

Servei de guarderia de 8 a 9 h i de 13 a 14 h al Palau Municipal d'Esports

Preus: 20 € / torn / hora

3 € / dia / hora (únicament si el servei està en funcionament)



SERVEI DE MENJADOR

Servei de menjador de 13 a 15 h al CEIP Marinada / Palau Municipal d'Esports

Preus: 60 € / torn

6,50 € / dia (caldrà avisar abans de les 9.30 hores. Places limitades)

L'empresa encarregada del càtering ofereix diferents menús per a nens amb al·lèrgies alimentàries.

Es sol·licitarà informe mèdic on s'especifiqui el tipus d'al·lèrgia.

En aquests casos, per al servei de menjador puntual és necessari avisar **com a mínim 24 h abans**.



NORMES DE CONVIVÈNCIA (Avis als pares)

L'equip docent es reserva el dret de decidir la continuïtat d'un nen/a a l'activitat si la seva conducta no respecta les normes bàsiques de comportament.

TANCAMENT PISCINA

Per tasques de manteniment la primera quinzena de setembre la piscina romandrà tancada.

Les activitats d'estiu que inclouen activitat aquàtica gaudiran de les alternatives adients per als diferents grups d'edat.



INFORMACIÓ GENERAL

Totes les activitats organitzades compleixen el Decret 137/2003, de 10 de juny, de regulació de les activitats d'educació en el lleure en les quals participen menors de 18 anys.

DOCUMENTACIÓ QUE CAL APORTAR PER FORMALITZAR LES INSCRIPCIONS

Per realitzar inscripcions en les activitats de 3 a 14 anys és obligatori emplenar i signar el formulari facilitat per l'Institut Municipal d'Esports, així com aportar fotocòpia de la següent documentació:

- > Targeta sanitària
 - > Carnet de vacunacions de l'infant
 - > DNI de la persona que signi l'autorització
 - > Expedient del CAD o informe mèdic (si cal)
- Així mateix, en cas necessari, caldrà adjuntar la prescripció mèdica i els pares hauran de donar autorització per tal de donar medicaments als infants.

DESCOMPTES

- > 10 % de descompte per família nombrosa, monoparental i aturats
- > Queden excloses les activitats de vela, windsurf colònies i el servei de menjador i guarderia.
- > Els descomptes no són acumulables

FESTA FINAL "CAMBRIFESTA" 27 i 28 d'agost

El divendres 27 d'agost, **CAMBRIFESTA** al parc del Pescador, a les 19 h, amb l'espectacle **Supereccos** amb **La banda del Drac**.

El dissabte 28 d'agost, **CAMBRIFESTA** al Palau Municipal d'Esports, de 17 a 20 h.

Piscina coberta: Festa aquàtica amb jocs, inflables, animació, música...

Activitats gratuïtes i obertes a tothom.
Els menors de 8 anys han d'anar acompanyats d'un adult.

VOLS FER DE VOLUNTARI?

Si tens **15 anys** o més, i no saps què fer aquest estiu o tens algunes hores lliures.... **Apunta't al Voluntariat.**

Podràs col·laborar en les activitats esportives, a l'Arxiu, al Museu, o a la Biblioteca de Cambrils, al costat dels monitors de lleure.

Presentació d'instàncies a l'OAC, fins el 9 de juny. Model a la web o a l'oficina del Palau Municipal d'Esports.

Al tractar-se de menors, la instància cal que la presenti el pare/mare/tutor legal com a representant del voluntari, i caldrà aportar la següent documentació:

- > Fotocòpia del DNI del pare/mare o tutor legal
- > Fotocòpia del DNI del voluntari/a
- > Fotocòpia CAT Salut del voluntari/a

Per ser voluntari de les activitats esportives és imprescindible assistir a la reunió informativa que tindrà lloc a la sala de reunions del Palau Municipal d'Esports el dia 17 de juny a les 20.30 h.
Els monitors responsables organitzaran els horaris del voluntariat.



BEQUES (convocatòria d'ajuts)

Qui pot sol·licitar els ajuts?

Poden ser beneficiaris/es d'aquests ajuts els nens i nenes amb edats compreses entre els 3 i els 14 anys (complets en el moment de presentar la sol·licitud), empadronats a Cambrils.

Tenir una renda familiar inferior als barems que es detallen a la següent taula.

TAULA BAREM ECONÒMIC

Membres unitat familiar	Barem màxim ingressos
1 adult i 1 infant	1.183,76 €
1 adult i 2 infants	1.456,94 €
1 adult i 3 infants	1.730,12 €
1 adult i 4 infants	2.003,29 €
2 adults i 1 infant	1.639,06 €
2 adults i 2 infants	1.912,23 €
2 adults i 3 infants	2.185,41 €
2 adults i 4 infants	2.458,59 €
2 adults i 5 infants	2.731,77 €

- > Per a cada adult de més a la llar:
(IRSC x 1,6 + 0,5)
- > Per cada infant de més a la llar:
(IRSC x 1,6 + 0,3)

S'entendrà com a nucli familiar pares i/o mares o tutors/es legals de l'alumnat i els/les germans/es majors de 16 anys que convisquin al mateix domicili i que no tinguin nucli familiar propi.

Informació requisits i documentació:

Oficina d'Atenció al Ciutadà (OAC)

Termini de presentació de sol·licituds:
del 9 al 30 d'abril.

INFANTS

(de 3 a 8 anys)

OPCIÓ
BECA

CAMBRI VACANCES
3 a 5 anys / 6 a 8 anys

MATÍ	de 9 a 10.30 h Cal escollir opció	A Expressió artística: Pintura i dibuix B Expressió corporal: Jocs populars, ritme i cançons populars C Expressió plàstica: Construcció d'objectes, treballs manuals...
	de 10.30 a 11 h	ESMORZAR
	de 12 a 13 h	PSICOMOTRICITAT I ACTIVITATS PRE-ESPORTIVES ACTIVITAT AQUÀTICA: jocs lúdics i recreatius a l'aigua
SERVEI DE MENJADOR		
TARDA	de 15 a 16.30 h	JOCS DE TAULA / RELAXACIÓ
	de 16.30 a 17 h	BERENAR
	de 17 a 19 h	ACTIVITAT DE LLEURE I RECREATIVA

- > 3/5 anys: activitat desenvolupada íntegrament al Palau d' Esports
- > 6/8 anys: activitat desenvolupada entre el Palau d' Esports i el CEIP Marinada

Material necessari:

- > Esmorzar.
- > Vestit de bany posat de casa, una muda per a canviar-se, tovallola, sabatilles i casquet de bany.
- > Ha d'anar tot marcat.

JOVES

(de 9 a 14 anys)

OPCIÓ
BECA

MULLA'T AMB LA HISTÒRIA
9 a 14 anys

TORNS I DATES	de 9 a 12 h al Molí de les Tres Eres	de 12 a 13 h
1r torn	Coves i Mamuts, la prehistòria més divertida	Activitat aquàtica al Palau Municipal d'Esports
2n torn	Ibers i romans a l'atac	
3a torn	Viu l'època medieval	
4r torn	Jocs i cultures de la Mediterrània	

Inici de l'activitat al Molí de les Tres Eres a les 9 hores i finalització a les 13 hores al Palau Municipal d'Esports.
L'activitat és realitzarà en català.





VACANCES POLIESPORTIVES 9 a 14 anys

OPCIÓ
BECA

matí	de 9 a 10.30 h	JOCs I ESPORTS INDIVIDUALS (atletisme, tennis-taula, tennis, badminton...)
	de 10.30 a 11 h	ESMORZAR
	de 11 a 13 h	JOCs I ESPORTS COL·LECTIUS (handbol, hoquei, bàsquet, volei, futbol-sala, rugby...) ACTIVITAT AQUÀTICA

Aquestes activitats realitzaran sortides i/o excursions puntuals en el torn de tarda. La recollida serà a les 19 h al Palau Municipal d'Esports.

SORTIDES A LA PLATJA 9 a 14 anys

OPCIÓ
BECA

matí	de 9 a 10.30 h	Descobrim el medi natural Què sabem dels animals salvatges? Què hi ha sota el mar? Quins són els animals domèstics?
	de 11 a 13 h	ACTIVITAT ESPORTIVA (Snorkel, caiacs, mountain bike, volei platja...)

- > Sortida a les 9 hores des del Palau d'Esports amb bicicleta.
- > És obligatori portar casc.
- > Finalitza a les 13 h al Palau d'Esports.
- > No es podrà inscriure cap nen/a que no hagi fet els 9 anys.
- > Es podrà guardar la bicicleta al Palau Municipal d'Esports

OPCIÓ D'ACTIVITATS A LA TARDA

Les activitats de matí es poden complementar amb les següents activitats de tarda.

TARDA	15 a 17 h	JOCs DE TAULA/ RELAXACIÓ / ACTIVITAT AQUÀTICA
	de 17 a 17.30 h	BERENAR
	de 17.30 a 19 h	SORTIDA DIÀRIA (Palau d'Esports, zones esportives d'estiu...)

Finalitza a les 19 h al Palau Municipal d'Esports.

CAMPUS

3r CAMPUS DE TECNIFICACIÓ DE PORTERS

Organitza: UCF Cambrils

Més informació: info@cambrilsucf.cat

www.cambrilsucf.cat

Del 23 al 28 de juny, de 9 a 14 h

CAMPUS D'HANDBOL

Organitza: Club Handbol Cambrils

Més informació: hanbolcambrils@terra.es

Juliol, tardes

CAMPUS D'ESTIU D'HOQUEI

Organitza: Cambrils Club Hoquei

Més informació: club@cambrilshoquei.com

Del 5 al 30 de juliol, de 19 a 21 h

CAMPUS DE FUTBOL UCF CAMBRILS

Organitza: UCF Cambrils

Més informació: info@cambrilsucf.cat

www.cambrilsucf.cat

Del 5 al 30 de juliol, de 9 a 14 h

II STAGE INTERNACIONAL DE JUDO

"CIUTAT DE CAMBRILS"

Organitza: Club Escola de Judo Cambrils.

Més informació: mielae@hotmail.com

Del 10 a 15 de juliol, de 8:30 a 10:30 h i de 16 a 18:30 h

CAMPUS DE FUTBOL FC CAMBRILS

Organitza: Futbol Club Cambrils.

Més informació: 627 560 336

Del 19 al 30 de juliol, de 9 a 14 h

CAMPUS DE PATINATGE

Organitza: Club Patí Cambrils..

Més informació:

cpcambrils.artistic@telefonica.net

Juliol i del 16 al 31 d'agost, matí i tarda.

3r CAMPUS D'ESTIU DE BÀSQUET

Organitza: Club Bàsquet Cambrils.

Més informació: cbcambrils@hotmail.com

www.cbcambrils.org

Del 19 al 30 de juliol i del 2 al 6 d'agost. Reunió informativa 9 de juliol a les 20 h al Palau Municipal d'Esports

CAMPUS DE TENNIS TAULA

Organitza: Club Tennis Taula Cambrils

Oleastrum.

Més informació: nguerrerom@telefonica.net

Del 2 al 27 d'agost, d'11 a 13 h i de 16 a 20 h

CURSOS DE NATACIÓ

Les activitats estaran organitzades per quinzenes:

Torn 1: del 5 al 16 de juliol

Torn 2: del 19 al 30 de juliol

Torn 3: del 2 al 13 d'agost

Torn 4: del 16 al 27 d'agost

Natació NADONS - 5 a 24 mesos
i PETITS - 2 i 3 anys

	NADONS	HORARI	PREUS
N1	dissabtes	de 10.30 a 11 h	14,60 € /mes /4 sessions
	PETITS	HORARI	PREUS
P1	de dilluns a divendres	de 18 a 18.45 h	36,50 € /torn /10 sessions
	P2	dissabtes	de 11 a 11.45 h

Assegurança obligatòria: 4 €

- > **Continguts NADONS:** familiarització amb el medi aquàtic, desenvolupament psicomotor de l'infant (acompanyats d'un adult).
- > **Continguts PETITS:** adaptació a l'aigua, flotabilitat i desplaçament.

Natació INICIACIÓ i PERFECCIONAMENT (4 a 7 anys i 8 a 14 anys)

	INICIACIÓ I PERFECCIONAMENT	HORARI	PREUS
INI-1	de dilluns a divendres	de 10.15 a 11 h	30 € / torn / 10 sessions
INI-2	de dilluns a divendres	de 17 a 17.45 h	
PER-1	de dilluns a divendres	de 11.15 a 12 h	
PER-2	de dilluns a divendres	de 18 a 18.45 h	

Assegurança obligatòria: **4 €**

- > **Continguts INICIACIÓ:** autonomia, flotabilitat i aconseguir seguretat.
- > **Continguts PERFECCIONAMENT:** millora de l'estil, respiració i resistència.

AQUAMASTER

GRUP	DIES	HORARI	PREUS
AQ-2	dilluns - dimecres	de 19.30 a 20.15 h	24,40 € / mes
AQ-3	dilluns - dimecres	de 20.15 a 21.00 h	24,40 € / mes

Mínim / Màxim: 8/15 per grup
Quota inscripció: **3 €**

VELA (a partir de 6 anys)

L'activitat estarà organitzada per setmanes, del 28 de juny al 27 d'agost

Horari: de dilluns a divendres

Opció de matí: de 10 a 13.30 hores

Opció de tarda: de 15.30 a 19 hores

Lloc: Club Nàutic de Cambrils

Inscripcions: màxim 10 inscrits.

Preu: **115 € / setmana**

395 € / 4 setmanes consecutives

Cal emplenar el formulari que es facilitarà al Palau d'Esports i saber nedar.

Programa promocionat pel Departament d'Esports i adreçat als nens escolaritzats a Cambrils.

WINDSURF (a partir de 7 anys)

L'activitat estarà organitzada per setmanes, del 28 de juny al 27 d'agost

Horari: de dilluns a dijous

Torn 1: de 10 a 11.30 hores

Torn 2: de 12 a 13.30 hores

Lloc: zona esportiva de l'Horta de Santa Maria

Inscripcions: màxim 6 inscrits.

Preu: **110 € / setmana**

375 € / 4 setmanes consecutives

Cal saber nedar.



COLÒNIES



1r torn:

Dates: de l'11 al 18 de juliol.

Lloc: Casa de colònies "El Corral de Mataró".
Arbúcies. Girona.

Edats: de 6 a 13. (Anys complerts en el moment de fer l'activitat)

Núm. participants: 50

Preu per infant: 330 €

2n torn

Dates: del 25 de juliol a l'1 d'agost

Lloc: Casa de colònies "Torre del Coll".
Camprodon. Girona.

Edats: de 6 a 13. (Anys complerts en el moment de fer l'activitat)

Núm. participants: 50

Preu per infant: 330 €

Dates d'inscripcions: del 16 d'abril al 28 de maig

Lloc: OAC - Oficina d'Atenció al Ciutadà

Organitza: Grup Arrels i el Departament de Cultura de l'Ajuntament de Cambrils.

Normes:

- > En el moment de la inscripció es pagaran 165 € en efectiu que en cas de baixa no es retornaran sota cap concepte.

Inscripcions:

- > En el moment de fer la inscripció, una persona podrà inscriure 3 nens/es per torn.

CASAL Esplai El Gripau Blau (persones amb discapacitat psíquica)

Dates: Casal d'estiu, juliol i agost, de dilluns a divendres, de 10.30 h fins 13.30 h

Lloc: Centre Cívic Alba.

Preu per mes: 48,10 €

Places limitades

Inscripcions: del 17 al 31 de maig.

Lloc: OAC-Oficina d'Atenció al Ciutadà

Informació requisits i documentació: Servei d'Atenció a la Discapacitat: 977 36 81 90

ESTIU A L'AIRE LLIURE (del 5 de juliol al 27 d'agost)

Activitats gratuïtes i obertes a tothom.

BIBLIOPARC

Aquest estiu et convidem a llegir en un entorn diferent, envoltat de natura, allunyat del brogit quotidià i sentint el cant dels ocells.

De dilluns a divendres de les 17.30 a 20.30 h al

Parc del Pinaret.

HORA DEL CONTE: BRUIXES, OGRES I LLOPS, A LA RECERCA DELS MÉS DOLENTS

Enguany et proposem un recorregut pels contes tradicionals de la mà dels personatges més malvats.

Dilluns, dimecres i divendres a les 19 h al Biblioparc, al parc del Pinaret.



ESCACS A LA FRESCA

Els mesos de juliol i agost, de dilluns a divendres, a partir de les 18 h, al parc del Pescador.

Organitza: Unió d'Escacs Cambrils amb la col·laboració de l'Institut Municipal d'Esports

BIBLIOTECA PÚBLICA MUNICIPAL (del 28 de juny al 13 d'agost)

Horari d'estiu: de 10 a 14.30 h de dilluns a divendres

Del 16 al 31 d'agost la Biblioteca tanca.

JOC DE L'ESTIU: DOCTORAT EN DOLENTERIA (de 6 a 10 anys)

Et proposem que coneguis de prop alguns dels Dolents de les nostres històries tradicionals: bruixes, ogres i llops.

Al juliol i a l'agost, a la biblioteca, et proposarem lectures i pots fer un taller. Si superes totes les proves obtindràs el birret de Doctorat en Dolenteria.

Tallers, a la biblioteca, de 10 a 11.30h.

5 de juliol: Auhhh, que ve el llop!

19 de juliol: Abracadabra!

2 d'agost: Tinc molta gana!

Per assistir al taller caldrà fer inscripció prèvia a la biblioteca, 15 places per taller.

Preu per taller: 2 €

Abonament 3 tallers: 5 €



CINESTIU (de l'1 al 22 de juliol)

Sessions de cinema infantil.

Lloc: Centre Cultural, c/ Sant Plàcid 18-20.

Tel. 977 36 90 60

Horari: Cada dimarts i dijous a les 17 h.

Preu: Entrada gratuïta.

Consulteu la programació.



ACTIVITATS A LA PLATJA

ACTIVITATS ESPORTIVES A LA PLATJA 28 de juny al 31 d'agost

Platja del Regueral:

- > de dilluns a divendres, de 9 a 12 hores i de 17.30 a 20.30 h
- > dissabtes, de 10 a 13 hores i de 17.30 a 20.30 h
- > diumenges de 17.30 a 20.30 h

Activitats: volei-platja, pales, futbol-platja, indiaka, korfbal, rugby, handbol,...

Informació:

- > L'ús de les instal·lacions és gratuït i obert a totes les edats
- > Per utilitzar el servei de préstec de material caldrà identificar-se amb el DNI
- > Els temps d'ocupació de les pistes de joc el distribueixen els monitors.



ORGANITZACIÓ DE TORNEIGS 28 de juny al 31 d'agost

Durant els caps de setmana de juliol i agost s'organitzen diferents torneigs de Futbol Platja, Futvolei, Volei Platja i d'altres a la Zona Esportiva d'Estiu a la platja del Regueral.

Inscripcions: A la mateixa platja.

Preu: 3 € / persona

GIMNÀSTICA EDAT D'OR 28 de juny al 31 d'agost

Lloc: Zona Esportiva d'Estiu platja del Regueral.

Dirigit: a les Residències, Casals d'Avis i a l'ampli col·lectiu de gent gran amb cor jove.

Activitat: sessions dirigides per monitors especialitzats on es realitza activitat física de caire preventiva i recreativa, incidint en funcions respiratòries, cardiovasculars i articulars.

Horari: durant els mesos de juliol i agost, de dilluns a divendres, preferent al matí.

Prèvia concertació d'horari amb l'Institut Municipal d'Esports.

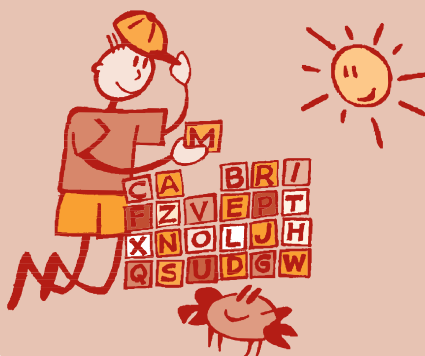
Activitat gratuïta.



LUDOTECA 1 de juliol al 31 d'agost

Lloc: Platja d'Horta de Sta. Maria.

Horari: de dilluns a diumenge d'11 a 13.30 h i de 17 a 19 h



ESDEVENIMENTS ESPORTIUS

6a MASTER FIRA 2009
28 de maig

Masterclass Spinning!!! Vine a moure't !!!

Lloc: Palau Municipal d'Esports, de les 19.15 a les 21.15 hores.

Activitat gratuïta i oberta a tothom.

4a PATINADA POPULAR
30 de maig

Patinada Cambrils. Patins en línia i/o de quatre rodes. Inclou assegurança obligatòria.

Vine a patinar una estona.

Activitat gratuïta i oberta a tothom

Lloc: Port de Cambrils a les 11 hores.

Inscripcions: www.cambrils.org i el mateix dia al port, a les 10 hores.

4t RAID D'AVENTURA POPULAR
26 de juny

Proves combinades - BTT, cursa de patins, orientació, cursa a peu, escalada i altres sorpreses.

Tres nivells:

- > Raid popular (ruta verda)
- > Per experts (ruta vermella)
- > Familiar (nois/es de 8 a 16 anys + acompanyant major 18 anys)

Quota d'inscripció ruta Familiar - 6 km aprox.:

20 € / equip (inclou assegurança)

Quota d'inscripció ruta Verda - 15 km aprox.:

30 € / equip (assegurança: veure normativa)

Quota d'inscripció ruta Vermella - 40 km aprox.:

60 € / equip (assegurança: veure normativa)

Inscripcions: al Palau Municipal d'Esports fins el 20 de juny.

Més informació: www.cambrils.org

Col·labora: Centre Excursionista Cambrils i Cambrils Raid Team

5è CAMPIONAT FUTBOL PLATJA + VIUDNIT - 3 de juliol

Campionat de futbol platja, tennis taula, volei platja i altres activitats, a les 22 hores.

Activitat oberta i gratuïta.

Lloc: Zona Esportiva platja del Regueral a partir de les 22 hores.

Inscripcions: Palau Municipal d'Esports i al Punt d'Informació Juvenil fins el 3 de juliol (inscripcions limitades).



5è CAMPIONAT DE CATALUNYA DE VOLEI PLATJA - 3 i 4 de juliol

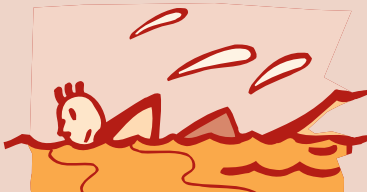
Cambrils seu d'un dels campionats de Catalunya de volei platja. Vine!!

Més informació i Inscripcions: www.fcvolei.cat i www.cambrils.org.

MULLA'T PER L'ESCLEROSI
10 de juliol

Contribueix amb la campanya i vine a nedar !!!

La piscina coberta restarà oberta de les 9 a les 14 hores. Activitat i accés a la piscina gratuït.



8è TORNEIG STREETBALL CAMBRILS 2010 - 10 de juliol

Bàsquet al carrer 3x3, animació, música i obsequis.

Lloc: Passeig de les Palmeres (davant del Patronat de Turisme)

Categories:

Matí: 10 h categories júnior (15 a 17 anys),
infantil (12 a 14 anys)
i minibàsquet (8 a 11 anys)

Tarda: 18 h categoria sènior, majors 17 anys.

Inscripcions: Palau Municipal d'Esports fins l'11 de juliol.

Quota d'inscripció: 5 € / persona (inclou assegurança): júnior i infantil.

15 € / persona (inclou assegurança): sènior

Gratuïta minibasquet

Col·labora: Club Bàsquet Cambrils

CONVENCIÓ INTERNACIONAL FITNESS I AERÒBIC - 16 al 18 de juliol

Conveniència dirigida als professionals del sector. Masterclass, Spinning, workshop...

Lloc: Passeig de les Palmeres

Co-organitza: Federació Espanyola d'Aeròbic i Fitness - Delegació Tarragona

Més informació: www.eurowellnessacademy.com

8è CIRCUITO NACIONAL PLAYAERÒBIC 18 de juliol

Per vuitè any organitzem el platja-aeròbic, perquè vinguis a fer esport, aeròbic o simplement a ballar i divertir-te amb nosaltres. Els monitors són autèntics professionals que et faran moure al ritme de la millor música.

T'hi esperem!!!

Activitat oberta i gratuïta.

Lloc: Passeig de les Palmeres (davant Parc del Pescador) a partir de les 12 hores.

BEACH-SOCCER FUTBOL PLATJA 24 i 25 de juliol

Horaris: dia 24 Fase Regular. Dia 25 Fase Final
+ info a: www.valldorsala.com
info@futbol-playa.com

24 HORES DE VOLEI PLATJA 1 i 2 d'agost

No falteu a les 24 h de volei platja, tant si hi participeu com si no, us ho passareu d'allò més bé!!!

Lloc: Zona Esportiva d'Estiu Platja del Regueral a partir de les 10 hores

Inscripcions: al Palau Municipal d'Esports fins el 31 de juliol.

Quota d'inscripció: 15 € / persona (inclou assegurança)

Col·labora: Esports Nautilus.



3a DUATLÓ CAMBRILS 12 de setembre

Proves combinades: cursa a peu + bicicleta de muntanya + cursa a peu

Categories:

- > **Sènior masculí i femení:** cursa a peu (6km + 3km) i bicicleta de muntanya (18km)
- > **Infantil A de 6 a 10 anys:** cursa a peu (400m + 400m) i bicicleta de muntanya (800m)
- > **Infantil B d'11 a 14 anys:** cursa a peu (1,2km + 800m) i bicicleta de muntanya (2,4km)
- > **Juvenil de 15 a 17 anys:** cursa a peu (2,4km + 1,2km) i bicicleta de muntanya (6Km)

Quota d'inscripció Sènior: **15 €** / persona (inclou assegurança)

Quota d'inscripció Juvenil: **12 €** / persona (inclou assegurança)

Quota d'inscripció Infantil: **3 €** / persona (inclou assegurança)

Inscripcions: al Palau Municipal d'Esports fins el 10 de setembre.

Lloc: Pista Atletisme Cambrils a partir de les 10 hores

Col·labora: Centre Excursionista Cambrils, Cambrils Raid Team i Penya Cicloturista Cambrils



Més informació
Esdeveniments
Esportius:
www.cambrils.org

HORARIS ESTIU 2009 SALA POLIVALNT I SALA SPININIG

HORARI SALES ABONAMENT GENERAL

Dies: 28 juny a 27 agost de 2009

Hora: 9.15 h a 10 h

DL.	DT.	DC.	DJ.	DV.
Tbc	Pilates Spinning	Tbc	Pilates Spinning	Cardiobox

Hora: 15.15 h a 16 h

DL.	DT.	DC.	DJ.	DV.
Pilates	Spinning	Tbc	Spinning	Steeps

Hora: 19.15 h a 20 h

DL.	DC.	
Spinning	Spinning	

Hora: 20.15 h a 21 h

DL.	DT.	DC.	DJ.
Tbc	Cardiobox Spinning	Steeps Spinning	Aeròbic

Pista atletisme

- > De l'1 de juliol al 27 d'agost
- > De dilluns a divendres de 19 a 22 h
- > Del 30 d'agost al 10 setembre
- > De dilluns a divendres de 8 a 22 h

Piscina coberta i gimnàs:

- > Dilluns a divendres de 8 a 22 h
- > Dissabtes de 9 a 14 h

> Durant la temporada d'estiu, sauna, jacuzzis i banys de vapor romandran TANCATS

> LES INSTAL·LACIONS MUNICIPALS ROMANDRAN TANCADDES DEL 30 D'AGOST AL 12 DE SETEMBRE

ORGANITZA:



AMB EL SUPORT DE:



Adreces d'interès:

Palau Municipal d'Esports
Pl. de l'Ajuntament, 1
Tel. 977 79 54 97
esp@cambrils.org

Departament de Cultura
C. Sant Plàcid, 18-20
Tel. 977 36 84 84
clt@cambrils.org

Departament de Benestar Social
C. Sant Plàcid, 5
Tel. 977 36 81 90
sso@cambrils.cat

Museu d'Història de Cambrils
Via Augusta, 1
Tel. 977 79 45 25
mhc.cambrils@altanet.org

Biblioteca Pública Municipal
C. Alfons I El Cast, 2
Tel. 977 36 34 95
bib.cambrils@altanet.org

Centre Cultural
C. Sant Plàcid, 18-20
Tel. 977 36 84 84
clt@cambrils.org

INSCRIPCIONS AL PALAU MUNICIPAL D'ESPORTS

De dilluns a divendres: de 9 a 13h i de 16 a 20h
A partir del 8 de juny de 2010