



# Escola d'atletisme 2009/10



Vine a les pistes, prova-ho i apunta't a la nostra colla !!!

### Inscripcions:

A les oficines del club a partir de **l'1 de setembre**, de les 10 del matí a 2 del migdia, o de 5 a 8 de la tarda.

### Data d'inici de l'escola d'atletisme:

Dilluns 28 de setembre de 2009.

### NOTA REUNIÓ.

El dimecres **30 de setembre a les 7 de la tarda**, després de l'entrenament, farem una reunió informativa amb els entrenadors i monitors dels diferents grups. Us esperem a l'Alberg de Joventut de Vic. Agraïrem la vostra assistència. Gràcies!

### Horaris i grups:

- Pre-benjamins (**03-04**)  
Dilluns i dimecres de 17:30 a 18:45
- Benjamins (**01-02**)  
Dilluns i dimecres de 17:30 a 18:45
- Alevins (**99-00**)  
Dilluns i dimecres de 17:30 a 18:45
- Infants (**97-98**)  
Dilluns i dimecres de 17:30 a 18:45
- Cadets (**95-96**)  
Dilluns, dimecres i divendres de 17:30 a 18:45
- Juvenils (**93-94**)  
A convenir amb la direcció tècnica

Formen part de l'escola d'atletisme tots els atletes nascuts fins l'any 1994

### Full d'inscripció

Nom: \_\_\_\_\_ Cognoms: \_\_\_\_\_

Data de naixement: \_\_\_\_\_ Categoria: \_\_\_\_\_

Núm. DNI: \_\_\_\_\_ Núm. SS: \_\_\_\_\_

Adreça: \_\_\_\_\_

Població: \_\_\_\_\_ Codi Postal: \_\_\_\_\_

Telèfons: \_\_\_\_\_

Correu electrònic: \_\_\_\_\_

Escola / Institut: \_\_\_\_\_

Dies: Dilluns  Dimarts  Dimecres  Dijous  Divendres

Total: \_\_\_\_\_ € Inscripció: \_\_\_\_\_ € Gener 2010: \_\_\_\_\_ €



	1 dia	2 dies o més
Soci		
No soci		
Roba	SI	NO

\* Marcar amb una X

## L'escola d'atletisme pretén donar a conèixer l'atletisme als nens.

Els objectius generals de l'activitat seran diferents **segons l'edat**, estaran dividits en dos àmbits, un **motriu** i un altre **cognitiu**, ja que el nen, un cop finalitzada l'activitat ha de saber dur a terme una sèrie d'habilitats motores relacionades amb l'esport.

Però a la vegada també ha de conèixer els aspectes reglamentaris i sobretot ha de saber assumir els valors esportius per a un bon comportament social.

Sense oblidar les habilitats bàsiques (força, velocitat, resistència i flexibilitat) es fa un treball progressiu d'iniciació a les diferents especialitats atlètiques: curses de velocitat, resistència, marxa, tanques; llançaments de pes, pilota i javelina, disc, martell; i salt de llargada, alçada, perxa i triple.

### QUOTES:

Pels alumnes nous de les categories **aleví, infantil, cadet i juvenil**, i que vulguin competir, serà obligatori adquirir el xandall i la roba de competició per poder participar en les competicions atlètiques amb el Club Atlètic Vic. D'altra banda, per als alumnes **benjamins i pre-benjamins**, el xandall i la roba de competició seran optatius, però és recomanable.

### QUOTA ANUAL ESCOLA D'ATLETISME

Socis 1 dia	160 €
Socis 2 dies o més	200 €
No socis 1 dia	285 €
No socis 2 dies o més	350 €

[10 % dte. germans i/o família numerosa]

NOTA: els socis del C.A.Vic podreu optar per la nova forma de pagament que serà la següent:

- ▶▶ 60 % en el moment de fer la inscripció
- ▶▶ la resta junt amb la quota del gener de 2010

### ROBA COMPETICIÓ.

La roba de competició es podrà passar a recollir a Esports Horitzó Intersport (C/ Sagrada Família, 1 de Vic) previ pagament a les oficines del club, on es donarà un tiquet amb el que poder-ho recollir. El preu és de 125 €

Inclou:

**Xandall** i la roba de competició  
**(Samarreta i pantalons) o (top i calcetes)**

També hi ha la maleta esportiva, però es paga a part i es pot adquirir a la botiga mateix

### REVISIÓ MÈDICA

Demanem, i recomanem, a tots els atletes inscrits a l'escola d'atletisme una revisió mèdica anual. És possible gestionar-la a través del Centre Mèdic del Consell Esportiu, demanant hora al 93 8814743, després caldrà portar-ne els resultats aquí al Club.

En cas de no fer-la pel motiu que sigui, us farem signar un paper de renúncia.

## CLUB ATLÈTIC VIC



Pistes Municipals d'atletisme  
"Josep M. Pallàs"  
C/ Antoni Vilà, s/n  
- Apartat 72 -  
08500 VIC (Barcelona)  
Telf. 93 8850480  
Mòbil 609474775

<http://www.cavic.cat>  
e-mail: [cavic@cavic.cat](mailto:cavic@cavic.cat)

### Per matricular-se és necessari:

- Omplir correctament la fitxa d'inscripció.
- Fer l'ingrés de la matrícula a la Caixa Penedès, al número de compte del Club Atlètic Vic:  
**2081-0496-51-3300000357** indicant "ESCOLA D'ATLETISME" i fent constar, sobretot el **NOM DE L'ALUMNE**.
- Alumnes d'anys anteriors:
  1. Una fotografia de carnet (només si no l'heu portat anteriorment).
- Alumnes nous:
  1. Una fotografia de carnet.
  2. Fotocòpia del DNI o Llibre de Família.
  3. Fotocòpia de la tarja de la Seguretat Social de l'alumne.
- Estareu matriculats quan hagueu fet el **pagament**, omplert correctament la **fitxa d'inscripció** i portat la **documentació necessària**.