



**CAMPAMENTO
DE VERANO**

**BARCELONA
BEARS**

**25-28 DE JUNIO
1-19 DE JULIO**



CAMPAMENTO DE VERANO **BARCELONA BEARS**

¡Bienvenidos al campamento de verano de Barcelona de Bears!

Únete a nosotros para una experiencia inolvidable donde podrás participar en nuestro programa intensivo de cheerleading, diseñado para perfeccionar tus habilidades en stunt, tumbling, baile y saltos recibiendo clases de calidad y consejos personalizados para mejorar tus habilidades.

Nuestras jornadas están estructuradas para maximizar tu aprendizaje y disfrute. Por la mañana, estarás inmerso en sesiones intensivas de cheerleading, donde trabajarás en las técnicas específicas de varios elementos para perfeccionar tu técnica y también, aprender otro tipo de trucos. Dos días a la semana, disfrutaras de actividades más recreativas, ofreciendo un equilibrio perfecto entre entrenamiento y descanso.

Nuestro campamento de tecnificación tendrá inicio el 25 de junio y finalizará el 19 de julio, pudiendo apuntarse semanas consecutivas, salteadas o días sueltos ofreciendo la mayor comodidad y disponibilidad para todos nuestros deportistas.

El horario de este será de 8:00 a 15h, ofreciendo un servicio de acogida de 8:00 a 9:00h de forma gratuita para todas las familias que lo necesiten y otro servicio opcional de comida de 14-15h. Las actividades se iniciarán a las 9:00h

¡Únete a nosotros para desarrollar tus talentos, conocer nuevos amigos y vivir una aventura deportiva enriquecedora con el club Bears!

1. SEMANAS Y PRECIOS

A continuación, encontraras las semanas que podemos ofrecer este campamento de tecnificación durante el mes de junio y julio.

El precio de las semanas, lo encontraras en la tabla que se adjunta a continuación donde podras observar que ofrecemos la opcion de semanal o dias sueltos y descuentos por la inscripción varias de nuestras semanas.

Ofrecemos el servicio de acogida de 8 a 9h con el coste ya incluido en el precio total para todas aquellas familias que necesiten de dicho servicio

- ✓ **Semana 1** : 25/ 26/ 27/ 28 JUNIO
- ✓ **Semana 2** : 1/ 2/ 3/ 4/ 5 JULIO
- ✓ **Semana 3** : 8/ 9/ 10/ 11/ 12 JULIO
- ✓ **Semana 4** : 15/ 16/ 17/ 18/ 19 JULIO

Precios

Horario de 9-14h (servicio de acogida opcional gratuito incluido en el precio)

Horario de 9-15h (con servicio de acogida de 14-15h)

	Atletas inscritos al club	Atletas externos al club
Diario	25 €	30 €
1 Semana	100 €	110 €
2 Semanas	190 €	210 €
3 Semanas	280 €	310 €
4 Semanas	350 €	400 €

	Atletas inscritos al club	Atletas externos al club
Diario	32€	37€
1 Semana	125€	135€
2 Semanas	215€	235 €
3 Semanas	305 €	335 €
4 Semanas	375 €	425 €

2. HORARIO Y ACTIVIDADES

En la siguiente tabla podréis encontrar la distribución horario que se llevara a cabo en cada día de nuestro campamento.

- De 8:00-9:00h: Servicio de acogida (este servicio adicional está diseñado para familias cuyos horarios de trabajo no les permiten dejar a los atletas a la hora de inicio del campus)
- De 9:00-14:00h: Campus deportivo.
- De 14:00-15:00h: Servicio de acogida (deberán traer su propia comida. Ofrecemos un espacio seguro donde los deportistas pueden comer su propia comida y también descansar antes de ser recogidos por sus familias)

En cada sección tanto de stunts como de gimnasia, se realizarán y trabajar diferentes elementos para potenciar al máximo las habilidades de los deportistas.

	8-9	9-10	10-11	11-11:30	11:30-12:30	13:30-14
LUNES	Servicio de acogida (opcional)	Calentamiento, dinamicas y juego	Gimnasia	Almuerzo	Stunts	Baile y saltos
MARTES	Servicio de acogida (opcional)	Calentamiento, dinamicas y juego	Stunts	Almuerzo	Gimnasia	Baile y saltos
MIERCOLES	Servicio de acogida (opcional)	Piscina	Piscina	Piscina	Piscina	Piscina
JUEVES	Servicio de acogida (opcional)	Calentamiento, dinamicas y juego	Gimnasia	Almuerzo	Stunts	Baile y saltos
VIERNES	Servicio de acogida (opcional)	Playa	Playa	Playa	Playa	Playa

EXPLICACIÓN DEL HORARIO

Cada semana del campamento de verano se estructuran de igual manera pero, en cada franja temporal se trabajara una seccion determinada de la rutina de cheerleading. En cada una de estas secciones, se trabajara de diferente manera, varios elementos de estas para poder adquirir mejor tecnica, aprender nuevos elementos y consolidar aquellos que ya se tenian. Al inicio de cada dia, se realizara una sesión de calentamiento y de juegos o dinamicas para favorecer a la cohesion de los deportistas e iniciar el dia con energia.

Los deportistas tendran media hora de descanso para poder desayunar y reponer fuerzas. Es por esto que es esencial que traigan su desayuno de casa cada dia.

Los miercoles, nos desplazaremos a las piscinas de Can Mercader para poder disfrutar de las instalaciones y refrescarnos un poco. Para llegar a estas, iremos andando desde el gimnasio ya que se encuentran a 20 minutos de este.

Los viernes, nos desplazaremos a la playa de Gava, para poder realizar actividades en esta como pueden ser juegos de relevos, partidos de volley, juegos de palas... A esta llegaremos en autobus, el L20 y luego el L94, un trayecto total de 40 minutos. Para esto, sera necesario que cada deportista traiga su tarjeta de bus y tambien el desayuno de este dia.

SERVICIOS OPCIONALES

Ofrecemos la posibilidad de un servicio de acogida gratuito de 8 a 9 para aquellas familias que lo necesiten y otro de 14 a 15h.

En este segundo, los atletas deberan traer su propia comida y podran descansar antes de ser recogido por sus familias.

Será necesario seleccionar estos servicios, en el caso de que sean necesarios, en el formulario de Google.

3. SEGURO MEDICO

Los deportistas que ya forman parte de nuestro club disponen del seguro medico de la temporada que les cubre en caso de cualquier accidente que puedan tener durante la duración de este campamento.

Aquellos deportistas externos al club deberán abonar en el momento de la inscripción, 15€ para poder dar de alta a los deportistas durante todo el campamento independientemente de las semanas que este se haya inscrito.

4. PERMISOS Y DOCUMENTACION

Todos los deportistas inscritos a nuestro campamento y que estos sean menores de edad, sus representantes legales deberán cumplimentar el permiso de desplazamiento tanto los dias de piscina (miercoles) como los de playa (viernes)

Este permiso, se enviará via mail una vez se haya efectuado la inscripción y deberá enviarse antes del inicio de este campamento.

Los deportistas que sean externos al club deberán cumplimentar el permiso de publicación de imágenes en el que aceptan o no que se publiquen imágenes y videos en nuestras redes sociales

En el formulario de inscripción se deberá poner si el/la deportista sufre algun tipo de enfermedad o si es necesario tener en cuenta algun dato medico a la hora de realizar las actividades. En el caso de que sea necesario la ingesta de algun tipo de medicación se deberá entregar al club la receta medica con la explicación de las tomas.

5. ¿QUE NECESITO?

PARA EL DIA A DIA

- ✓ Ropa deportiva
- ✓ Desayuno
- ✓ Botella de agua
- ✓ Bambas

*Comida en el caso de aquellos atletas que finalizan a las 15h.

PARA LOS MIERCOLES Y VIERNES

- ✓ Desayuno
- ✓ Botella de agua
- ✓ Bañador/bikini
- ✓ Ropa de recambio
- ✓ Chancletas
- ✓ Toalla
- ✓ Tarjeta de transporte
- ✓ Crema solar

6. CONTACTO

A continuación, se adjunta el enlace al formulario que será necesario cumplimentar para efectuar la matriculación del deportista en el campamento:

<https://forms.gle/MBEcSRw6u6AhPLcb6>

Para cualquier duda, puedes escribirnos a bearssportsclub@gmail.com.