



Funcionament de la categoria Multidisciplinar per a la temporada 2021-2022.

Benvinguts a una temporada nova!

L'esquí club Pas de la Casa Grau Roig, és un club de competició, dirigit per una Junta i un equip tècnic d'entrenadors dedicats tot l'any. Som membres de la Federació Andorrana d'Esquí i de la Federació Internacional d'Esquí.

El club gestiona atletes de diverses modalitats (esquí alpí, surf de neu i esquí de muntanya) i esquiadors de diverses edats.

Al llarg d'aquesta temporada 2021-22 realitzarem 13 esdeveniments a casa, amb l'ajuda dels voluntaris de la nostra organització; i entrenarem 200+ esquiadors federats de totes les categories.

Grup de Multidisciplinar 2021-22:

Aquesta categoria és una alternativa de categoria Infants Promoció. És per nens de les categories U14-U16 que no tenen cap intenció de competir, però volen seguir desenvolupant les seves capacitats tècniques, millorar la seva experiència d'esquí i seguir formant part del club d'esquí.

Els objectius:

- Oferir des del club una estructura que durant la temporada on els nens d'aquesta categoria continuen desenvolupant les seves capacitats tècniques, millorant la seva experiència d'esquí i que volen seguir formant part del club d'esquí.
- És un programa d'hivern centrat en el desenvolupament tècnic, amb una oportunitat per afinar les habilitats d'esquí.
- En aquesta Categoria els participants aprenent totes les modalitats relacionades amb la neu, com Esquí de Muntanya, Snowboard, Telemark, i altres activitats com escalada i raquetes de neu.
- Durant aquests mesos els nens poden realitzar un bon desenvolupament d'altres aspectes com autonomia, esforç, responsabilitat, compromís, disciplina, maduresa, companyonia, entre altres valors importants.
- Els objectius a llarg termini podrien ser fer el curs d'esquí de nivell 1 EFPEM com U18(i futurs entrenadors del club)

Organització de la categoria:

- Guiats i supervisats per 2 entrenadors.
- 15+ nens/nenes inscrits

Cos Tècnic 2021-22:

Facundo Juega Sacardi :

- Capacitació professional: Monitor nivell III AADIDES; ECOMED (curso de Primeros Auxilios en Zona Remontes) AIARE 1: (Curso de Gestión del Regó de aludes); ANENA 1 y 2n: (Gestiones de riesgo), Manejo de Grupos i búsqueda de varias Víctimes en Aludes); Guia de Montaña.
- Experiència: CAB (Esqui Club Andino Bariloche, Argentina) – Entrenador de freeski amb categories U12/U14/U16; Hielo y Adventura: Guia de Muntanya: Trekking sobre glaciars perito Moreno. Park Nacional Los Glaciars; Argentina Extrema : Trekking, ascensos, expediciones por Patagonia Norte-Sur o Nord-est Argentina. Experiència en buscar en Grietas – Escalada Deportiva i Multilargos. Instructor a futuros guies

Guillem Fernandez :

- Capacitació professional: Monitor Nivell 1 – EFPEM Snowboard
- Experiència: Corredor de Snowboard en curses International FIS ;Corredor en Copa Europa FIS França; Corredor Circuit Movistar - España; Entrenador de Club ECPCGR des de 2018.

Punts importants:

- L'assistència al programa de tota la temporada molt important per fer un seguiment d'aprenentatge i per mantenir l'homogènia del grup.
- Els horaris són de 9h00-13h45.
- La puntualitat és molt valuós.
- És crucial tenir un nivell de física bon.

Tipus d'activitat realitzat:

1 - Tècnica d'esquí amb nombrosos educatius, exercicis i en condicions variades, centrant en l'eficàcia, l'estètica i la solidesa dels esportistes sobre els esquís.

2- Seguretat: En fora pista, els exercicis de recerca de víctimes d'allaus, utilitzant els kits de seguretat (DVA,pala i sonda). Detectar perills a la neu com obstacles perillosos, analitzar risc d'allaus, tipus de neu.

3 - Freeride i neu pols en fora pista. Activitat executada tant amb equipament de esquí com de snowboard.

4 - Salts: una activitat molt desitjada i lúdica en joves. Inclou sessions indoor al 360 extrem (Santa Coloma) i al Xavi parc de freestyle de Grau Roig.

5 - Esquí de muntanya: Grups fets per nivell i experiència. Un grup d'iniciació i un altre de més avançat.

7- Dies de snowboard: Dos grups fets per nivell i experiència, un d'iniciació amb un nivell pista blava i un altre de molt més avançat tot terreny.

8 - Esquí de telemark i raquetes.

9 - Dies d'escalada.

Material:

El primer dia els entrenadors faran una revisió del material i recomanació per a la temporada. Animem als participants a tenir també el seu propi material, com mínim els esquis i botes per fer esquí alpina.

És molt important consultar amb l'entrenador abans de la compra o lloguer de material.

A través de la botiga de Viladomat "Cubil" tenim uns descomptes considerables per all lloguer de material puntualment.

A través de la botiga de Viladomat en Cubil els nens de Multidisciplinar tenen un forfait "GOLD" per all lloguer de tot el material necessari per a cada activitat. Aquest forfait no està inclòs dins la quota del club i els participants el han de pagar per separat.

Calendari: Adjuntem el calendari a part. També tenim el calendari al pàgina web: www.esquiclubpcgr.com

Per dubtes i més informació:

Podeu contactar amb el Facundo al tlf. 630 637 o la Juliet al tlf. 361.718.

Punts importants relacionats amb la normativa COVID-19:

1. A causa de la crisi sanitària COVID-19, aquest any no disposem del quartet del Club a CUBIL a disposició dels socis. NO hi ha zones comunitàries interiors per al nens i les seves famílies.
2. Els restaurants i bars tenen l'aforament limitat i, en la majoria de les ocasions, caldrà fer una reserva per accedir a un restaurant. No es permeten reserves de grup.
3. Els nens han de vindre al Club, vestits i preparats per a esquiar, portar el seu propi material i trobar-se amb el seu entrenador en un lloc assenyalat, que es trobarà a prop de Cubil / Grau Roig, lluny dels edificis i a la base d'un telecadira.
4. L'activitat es durà a terme a aire lliure durant tot el dia, inclòs l'esmorzar.
5. Les classes començaran a les 9h00 i acabaran a les 13h40 diàriament. Els nens poden començar a escalfar amb el seu entrenador a partir de les 8h55 davant del telecadira del Pic Blanc.

6. Els pares han d'entregar els seus fills com mas tard 8h55 i sortir immediatament del punt de trobada per evitar aglomeracions o agrupaments de persones.
7. Els nens han de portar un petit entrepà i suc / aigua marcats amb el nom i a la butxaca de la jaqueta.
8. Tot el material, com ara motxilles i altres articles, ha de romandre al cotxe durant el dia. El club no es fa responsable del material deixat o perdut.
9. Tota la roba i el material han d'estar marcats amb el nom.
10. El descans entre les 11h00 i les 11h30 serà en un lloc assenyalat, no al quartet o al bar de Cubil.
11. Es formaran grups de convivència; a principis de temporada i es mantindran durant tota la temporada.
12. Es obligatori l'ús de la mascareta i que els nens portin una segona mascareta a la butxaca en cas de perdre la primera.
13. Les actualitzacions sobre possibles canvis al calendari d'entrenament, a les activitats i als punts de trobada de cada grup es comunicaran setmanalment mitjançant WhatsApp.
14. El club es reserva el dret de modificar els temps d'entrenament amb breu avís en relació amb els canvis climàtics o altres motius de força major. Estigueu atents als missatges de WhatsApp durant la sessió d'entrenament.
15. Els entrenadors estaran disponibles per parlar amb els pares de forma personal de 13h40 a 14h00 diàriament, no durant la classe.
16. No es recomana que els nens abandonin la classe abans que la classe hagi acabat a les 13h40.
17. Els nens que han estat confinats a causa de la COVID 19 hauran de proporcionar una còpia del mateix certificat mèdic proporcionat per el seu Pediatra (i requerit per escola) per a la seva reincorporació a activitat. Si us plau, envieu un correu electrònic o copieu-ho al club com mes tard el divendres: info@esquiclubpcgr.com
18. Els nens que tinguin febre, es trobin malament o presentin símptomes similars a refredat o a la grip no podran unir-se al grup.
19. Animem els nens a assistir al màxim nombre de classes possible i a tenir una assistència regular durant la temporada, ja que facilita l'evolució i l'homogeneïtat del grup.

Us agraïm la vostra col·laboració i esperem veure tothom a les pistes aviat. Recordeu! el dia d'inici serà el 18 de desembre (tret que s'aconselli el contrari).

Per a qualsevol altra explicació, poseu-vos en contacte
amb la nostra Gerent- Juliet a tlf. 361-718

