



Resum Temporada 2019 – 2020

Des de fa 40 anys, l'Esquí Club Pas de la Casa Grau Roig porta molt alt els colors d'Encamp i d'Andorra, tan a dintre del país com a fora.

El club funciona tot l'any, 90 a 100 dies d'esquí durant l'hivern i activitats físiques i estatges durant tota la resta de l'any excepte maig i agost.

El club compta amb 3 seccions esportives **Esquí Alpí, (246 llicenciats)** **Snowboard (9 llicenciats)** **Esquí de Muntanya. (35 llicenciats)**

- ✚ Malgrat la crisi del Covid19 i el tancament de l'estació el 13 de març, el club ha realitzat una molt bona temporada i ha continuat la seva activitat fent entrenaments físics fins al final de maig amb visio utilitzant Zoom pels grups de U10, U12, Promos, Tecnificació i Muntanya.
- ✚ . hem organitzat 10 competicions sobre 13 previstes en totes les categories i totes les disciplines i modalitats . Som l'únic club andorrà que ha pogut celebrar el campionat social fent el dilluns de carnaval
- ✚ Super resultats dels nostres corredors en curses internacionals amb com a resultat més destacat Claudia Garcia Lafoz, Pirmin Estruga i Marc Fernandez, Ferran Torres en U16.
- ✚ Els millors corredors de la FAE surten del nostre club (Carmina Pallas, Joan Verdu, Marc Oliveras, Kevin Courrieu, Albert Torres, Roger Bartumeu i Lluís Torres)
- ✚ Supers resultats dels nostres U12, que encapçalen la classificació nacional amb 6 corredors dins els Top 10
- ✚ No hem integrat l'estructura EEBE en la categoria U16 però sí pels U19.
- ✚ Per 7è any consecutiu hem organitzat un estatge de 3 setmanes a Ushuaia pels tecnificats amb intercanvi amb les famílies
- ✚ Resultats esportius excel·lents en totes les categories, U8, U10, U12, U14, U16 Promos i Tecnificació.
 - ✚ Contractació d'antics corredors del club (diplomats) per la nostra plantilla d'entrenadors
 - ✚ Èxit del Programa SILVER SKIERS per els socis majors de 65 anys
 - ✚ Consolidació del grup Multidisciplinar amb un 2n entrenador
 - ✚ Ampliació de l'equip de benevolts per l'organització de curses,
 - ✚ Nou despatx amb una nova sala de reunions
 - ✚ Cursa d'orientació a Piolet i dinar de germanor a la tardor
 - ✚ Activitats pels pares (taller manteniment esquís, perfeccionament esquí alpí, i muntanya)

Dades Temporada 2019-2020

Quantitat de socis:	611
Quantitat de llicenciats:	290
Quantitat d'entrenadors:	31
Quantitat d'entrenadors fixos any	5
Quantitat d'entrenadors fixos temporada	2
Quantitat de dies d'esquí	12246
Quantitat d'hores de físic	22100

Junta

JAUME BOUSQUET President
MERITXELL SAMARRA Vice-President
ISABEL AGUIAR Secretari
Joan DELGADO Vocal
ENRIC FERNANDEZ Vocal
DAVID CIAURRIZ Vocal
LLUIS TORRES Vocal

Competidors a Nivell Internacional, components dels equips de la Federació Andorrana d'Esquí

Marc Oliveras
Carmina Pallas
Joan Verdu
Kevin Courrieu
Albert Torres
Roger Bartumeu
Lluís Torres

Col·laboradors curses:

Marta PATXOT	Juli PEREZ	Ingrid TORRES
Eulalia RICH	Nicolas ARMENAUULT	Joel FARGAS
Maguy BOUSQUET	Nino MAROT	Patrice COURRIEU
Veronique LOPEZ	Angel SOTO	Issam ASGHAR

Delegats tècnics FAE del Club

Nadal ANTOR
Alex ANTOR
Séverine BOUSQUET
Toni CRESPO
Bernat RIEGER
Juliet SATTERTHWAITTE
Enric FERNANDEZ (surf)

GRUPS D'ENTRENAMENTS

Entrenaments a pistes

51 dies d'entrenaments a pistes pels nens del club i 104 dies pels nens de tecnificació U14 U16 i Muntanya

Entrenaments cada dissabte i diumenge i tots els dies de les vacances escolars

Entrenaments els dimecres tarda pels nens disponibles i els dies d'esquí escolar.

Grups

CATEGORIA	NENS	ENTRENADORS
Club Imaginarium	14	1
Prepollets	40	8
U10	45	5
U12	38	4
U14 U16 Promoció	28	3
U14 U16 tecnificació	13	2
U14 U16 Perfeccionament	8	1
Juniors club Efpem	7	1
Multidisciplinar	13	2
Esquí de Muntanya	7	1
Snowboard	8	2
Silver Skiers	8	1

Total nens i nenes del club: **229**

SALA DE REUNIONS



NOU DESPATX



NOU LOGO

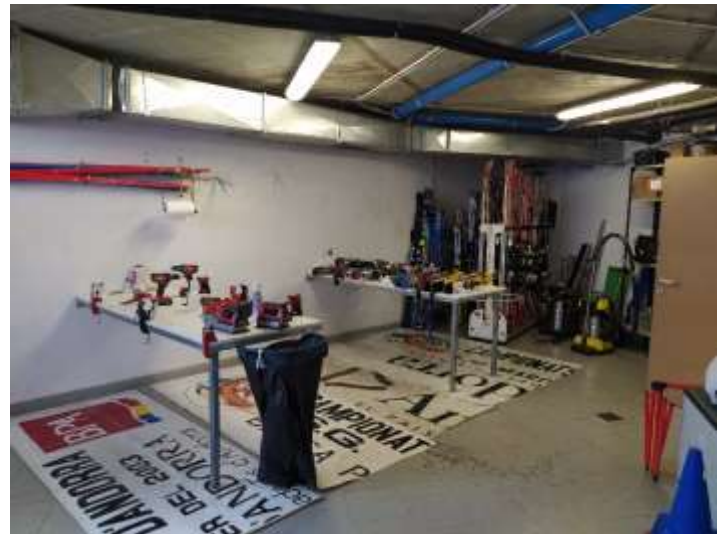


PAS GRAU
ANDORRA SKI CLUB

NOU GYMNAS



NOU SKIROOM



LA NOSTRA CAMPIONA

Claudia Garcia Lafoz, per el seu últim any U16, ha aconseguit uns resultats excepcionals amb un 2n lloc al Campionat de França Coupe de Noël i acabant la temporada amb 61.77 punts, 4^a del ranking de totes les corredores franceses del seu any.

Desitjem molta sort i un futur esperançador en curses FIS i EC o WC per la Claudia i el Marc Fernandez.

La Claudia ha integrat l'estructura privada ISRA a Italia

Marc ha integrat el grup U19 de l'Eebe



RESULTATS EXCEPCIONALS A LA BORRUFÀ

Marc Fernandez, Claudia Garcia, Pirmin Estruga, Ferran Torres, Marc Rodriguez



SUPERS RESULTATS DELS U12

LLISTAT DE PUNTS FAE-FFS

Llista de punts 920

CATEGORIA " U12 " Homes vàlid fins al 28 de juny

Code	Nom et prénom	Année	Comité	Club	Points
FAE3975	BREITFUSS HANS	2008	AN	PCGR	206,41
FAE4767	RODRIGUEZ GELABERT ALEX	2008	AN	PCGR	231,66
FAE4169	PEREZ SANSÀ MARCEL	2008	AN	PCGR	236,66
FAE3956	ROGEL SARRAT JORDI	2008	AN	PCGR	237,98
FAE3895	VISA MAS JAN	2008	AN	ECA	238,16
FAE4708	AUDER MARTIN	2008	AN	ECAP	239,02
FAE4720	TOR CLEMENTE ESTEVE	2008	AN	ECAP	242,37
FAE3972	BUENDIA MADRIGAL JAVIER	2008	AN	PCGR	243,87



Agraïm els nostres esponsors



PREPOLLETS U6 U8 (primer any)

INFORME FINAL DE TEMPORADA 2019/2020

Entrenadors : Cris Valesco, Maria Martinioni, Aldana Bravo, Julián Techera, Pau Farre

Enguany aquesta categoria ha tingut 40 esportistes (2015, 2014 i 2013) i 5 entrenadors. Malgrat l'inesperat final de temporada, hem obtingut els millors resultats de les últimes 3 temporades.

La primera part de la temporada sense curses programades, ha estat profitosa de cara a cohesionar els grups i fer un bon treball de base. Els esquiadors han millorat la seva posició base, dinamisme sobre els esquís i adaptabilitat al terreny. S'han notat molt el pas previ pel programa Imaginàrium la temporada anterior de la majoria de nens i nenes nous al club, això ens ha permès començar amb un ritme (en quant a hàbits) molt més amè.

La segona part de la temporada s'ha dedicat més a entrenaments amb educatius i circuits que han preparat els esquiadors per a les curses. A partir de mitjans de gener s'han coordinat entrenaments conjuntament amb els U8 de segon any per a preparar els nostres corredors de 2013 per a les curses. D'altra banda, enguany cal destacar el progrés dels més petits que ja coneixen perfectament el domini esquiable i han arribat a esquiar fins al Tarter en diverses ocasions. S'ha treballat amb seguretat i rigor i no hem tingut cap lesionat. Hem organitzat tests i proves a nivell intern de categoria per fer un seguiment objectiu del seu progrés i per fomentar la competitivitat esportiva, ha tingut molt bona acollida.

Les curses i trobades a les quals hem participat son:

- Trofeu Ford a Arcalís, organitzat per l'ECO.A. Hi hem dut 11 prepollets del 2013, algun va caure però va ser una bona experiència d'aprenentatge ja que van disfrutar de la cursa i van poder viure un ambient competitiu per equips. Hem obtingut la 1ª posició per equips superant la nostra 2ª posició de l'any passat.
- Cursa Social del club, organitzat per l'ECPCGR, han participat 8 U6 i 8 prepollets del 2013. En aquesta cursa hem disfrutat d'un ambient festiu i de germanor, cal remarcar que varis pares i mares dels prepollets s'han animat a córrer i els ha agradat molt. També hem pogut testar material Salomon. Remarcar el podi de Paula Lima ja que ha quedat en 3a posició superant marques de companyes d'un any més amunt, sembla que promet per l'any que ve quan sigui U8 de segon any.
- Tamarro a Grau Roig, organitzat pel propi ECPCGR, hi hem inscrit tots els infants del 2012. Hem obtingut conjuntament amb els U8 i per segon any consecutiu una merescuda 1ª posició per equips molt celebrada pels prepollets que havien estat preparant les 5 proves molt esmerçadament.
- Trobada de Prepollets a Grau Roig, no s'ha pogut celebrar enguany però sembla que s'aplaça per l'estiu.
- Trinxat d'Or de Masella, organitzat pel Club Esquí Llívia, tampoc s'ha pogut celebrar aquest any.

Estem molt contents de l'increment de l'assistència en un 10% aproximadament i creiem que es deu als forts vincles que les famílies de prepollets estant establint amb el club.

Acabem la temporada amb un bon balanç, havent superat els objectius molt satisfactòriament i amb millora respecte el mateix balanç d'ara fa un any, és a dir que hem pujat el nivell de la categoria. Estem en contacte telemàtic amb les famílies per poder reprendre l'activitat estiuenca del club el més aviat possible.

RECULL D'IMATGES DE BONS MOMENTS DE LA TEMPORADA:





U8 U10

Alejandra Riveros, Jazmin Fernandez, Adrian Jauregui, Maite Gomez, Pere Casas, Helena Carreras, Ana Verdu, Gabriel Arza

El començament d'any per a l'esquí club PCGR comença des de Juny, amb la preparació física, que són tres dies a la setmana incloent dissabte. Amb un dia de físics als nens de Pas de la Casa, en aquest període comptem amb 12 nens.



Al mes de Juliol que fem de dilluns a divendres, de 9h a 14h. (Bici, Muntanya, Rollers, piscina, i altres activitats) i aquest estiu hem comptat amb la participació de 63 nens, de totes les categories, més 7 entrenadors, més dos auxiliars.

Al mes de Setembre: Comencem amb una setmana d'Estatge Físic, a la Cerdanya, per preparar-nos físicament per a l'hivern, aquest any hem comptat amb la participació de 24 nens, més 4 entrenadors.

A la tardor també teníem previst un Estatge a Stubai com cada any, però a causa del mal temps i de la falta de neu en aquestes dates, no ho hem pogut realitzar, però hem tingut la sort que aquest hivern ha començat a nevar a principi de novembre.

Amb l'obertura de l'estació d'esquí Arcalis, vam poder començar a esquiar el dia 16 de novembre i així poder recuperar 4 setmanes abans de l'inici oficial de la temporada.

Les categories de U8 que compta amb 23 nens, 3 entrenadors i la categoria de U10 que compta amb 44 nens i 5 entrenadors. Aquestes dues categories han començat oficialment la temporada 2019/2020, el dia 14 de desembre, aquest any comptàvem amb 47 dies d'esquí, més les 7 setmanes d'esquí escolar, (9h a les 16h) també tres dies d'esquí nocturn de (18h a les 20 h)

Aquest any la categoria de U8 ha tingut la major inscripció de nens, el que demostra el creixement de la base.

En la categoria de U8, com en la de U10 es corre per equip, aquest any a Andorra s'han realitzat dues curses, de U8 (Trofeu Tamarro Grau Roig i Tofeu Espunyes Arcalís) on han obtingut la primera plaça en les dues curses.

També han realitzat una cursa a França, (Pyrennes2000) amb resultats molt positius per als nostres nens.



El nostre calendari previst de 8 curses per a la categoria de U10 a quedat suspesa, on només han pogut realitzar 2 curses, una organitzada per l'esquí club ECOA, l'altra organitzada per esquí club SEC, i la que organitzava el nostre esquí club, ha quedat anul·lada per mal temps.

Lamentablement a causa de les circumstàncies COVID 19, on ens hem vist tots afectats, hem hagut d'acabar la temporada abans del previst

Agraïxo a tots els que fan que el nostre treball sigui possible, en primer Lloc al nostre esquí club PCGR, i a tots els pares, per confiar en el nostre treball, També tots els nostres i espònsor. Moltes Gràcies a Tots.

Salutació fins la temporada 2020-21

Alejandra Riveros - Responsable de la categoria U8-U10



U12

Kevin Champanier, Marcel Roig, Laura Quella, Franco Lattanzio

El treball amb els nens va començar el 21 de maig amb 3 dies de físic per setmana. Dimarts i dijous treballem diferents qualitats físiques, força, potència, velocitat, equilibri, coordinació, i els dissabtes les activitats estaven orientades a la feina de resistència, sortides en bicicleta o caminades per la muntanya. Acabant amb aquest primer bloc de físic el 29 de Juny.

L'1 de juliol comencem un segon bloc de físics, 5 dies per setmana, de dilluns a divendres, fins al dia 26 de de juliol. En el qual vam realitzar diverses activitats, caminades per la muntanya, sortides en bicicleta, circuits amb rollers, treballs específics de força, velocitat, coordinació, un activeu lúdica per setmana i piscina.

A l'agost els nens es prenen vacances. Excepte 5 nens / al fet que es va n anar a Argentina, Ushuaia, 3 setmanes a entrenar aprofitant un intercanvi que té el grup de tecnificació de el club amb l'esquí club d'allà. Van esquiar 18 dies, en els quals predomini un treball de tècnica de base. Va ser una experiència molt enriquidora tant a nivell esportiu, com a nivell personal dels nens.



El 21 de setembre vam començar novament els físics amb la mateixa dinàmica que al maig, 3 dies de físic per setmana. Acabant amb ells el 1r de desembre.

A finals octubre, a la setmana de tots els sants, teníem planificat un estatge a Àustria de 10 dies, a entrenar a la glacera de Stubai. Que tenia com a objectiu continuar amb el treball que es va realitzar a Ushuaia a l'agost i per als que no havien esquiat a l'estiu poder realitzar un bon volum de tècnica de base. Però a causa les condicions adverses de neu i meteorologia que havien a la glacera no vam poder fer el viatge. En lloc d'això vam fer una setmana de físic amb els nens.

La segona setmana de novembre es va realitzar un viatge amb 3 nens a Àustria, a la glacera de Stubai, 5 dies, en els quals vam poder continuar amb el treball tècnic que s'havia realitzat a l'estiu.

Amb la ràpida obertura de l'estació d'esquí Arcalis vam començar a esquiar, amb els nens que venien participant de l'físic durant l'any, el dia 16 de novembre.

Dijous 21 de novembre vam realitzar 1 estatge de 4 dies a un indoor que es troba a Madrid, en què treballem t'atreveixes de traçats educatius diferents aspectes de la tècnica d'eslàlom. Els nens que no van assistir a l'estatge van estar esquiant al sector de Pas-Grau que donava inici a la temporada hivernal.

El cap de setmana de l'30 de novembre i 1 de desembre, així com el cap de setmana següent continuem esquiant a les estacions del Pas-Grau i Arcalís.

Oficialment el club va donar inici a la temporada hivernal el dia 14 de desembre. La categoria va estar conformada per 38 nens / es i 4 entrenadors. Comencem amb poca neu i poques pistes habilitades però ens aconseguim com per poder fer un bon treball de tècnica de base amb tots els nens.

Després poc a poc van anar millorant les condicions, el que ens va donar la possibilitat de continuar amb la planificació i amb l'evolució tècnica que teníem pensada tant en esquí lliure com en traçats. El 5 de gener va ser la primera cursa en la qual van participar 7 nens / es de la categoria, es va realitzar a Font Romeu, França. Aila Burgos va obtenir el 2n

lloc en nenes i en nens 3r lloc Marcel Pérez i 4t lloc Hans Breitfuss. La següent cursa que va ser la primera de l' calendari FAE, es va realitzar en Tarter en conjunt amb el Canaro (team event) en el gegant classificatori Aila burgs quedo a 1r posició en nenes i Alex Rodríguez 1r, Javier Buendía 2n i Hans Breitfuss 3r en nens . En la competició per equips (paral·lel) que es va realitzar posteriorment en el Canaro, l'equip format per Aila burgs, Marta Torres, Alex Rodríguez, Javier Buendía i Hans Breitfuss van obtenir el 1r lloc. Continuant amb les curses, es va



realitzar un gegant a Arcalís en què Marta Torres obté el 4º lloc, Hans Breitfuss el 1r lloc i Alex Rodríguez el 3r lloc. Després els nens van competir en un altre gegant organitzat a Pas De La Casa, en què Marta Torres obté el 4º lloc, Hans Breitfuss el 1º lloc, Marcel Pérez el 4º lloc i Alex Rodríguez el 5è lloc. Després es va realitzar una Kombi Race també al Pas De La Casa en la qual Marta Torres obté la 3º posició, Hans Breitfuss la 1º posició, Jordi Rogel la 2º posició, Alex Rodríguez la 3º posició i Javier Buendía la 4º posició. I l'última carrera en què van participar els nens / es va ser un súper gegant que es va realitzar al Tarter, en què Hans Breitfuss queda a la 1º posició, Alex Rodríguez en la 3º posició i Jordi Rogel en 4º posició.

Lamentablement causa de la influència de l'coronavirus i totes les mesures que es van anar prenent, els nens es van quedar sense poder realitzar les carreres més importants de la temporada; Coq D' or que és una de les carreres més importants de tot França, en aquesta categoria, a la qual només van 2 nenes i 2 nens de tot Andorra. Hans Breitfuss i Alex Rodríguez s'havien classificat. EL campionat dels Pirineus en el qual hi havia una selecció de 10 nens / es de tot Andorra; Marta Torres, Hans Breitfuss, Alex Rodríguez, Jordi Rogel i Javier Buendía estaven classificats. Així com el campionat nacional de gegant que es realitzava a Arinsal. Aquesta situació per les quals ens vam veure travessats tots també va fer que la temporada sigui molt més curta que l'habitual amb un total de 35 dies de club.

Durant la temporada van predominar els entrenaments d'eslàlom gegant, però també es van poder realitzar entrenaments de súper gegant, eslàlom i kombi Race. Així com també es van realitzar molts dies d'esquí lliure, pocs dies de fora de pista i salts a l'snowpark.



A l'igual que la temporada anterior es van realitzar a partir del dia 10 de desembre, cada dimarts i dijous entrenaments d'eslàlom a l'estació d'esquí Canaro. Des de les 17 30 hs fins a les 20 hs. Sent entrenaments molt productius ja que és una disciplina nova per a molts dels nens. A l'ésser de nit li dóna un toc especial a l'entrenament que fa que els nens vagin amb moltes ganes i ho aprofitin a el 100%.

Després com cada any va estar al programa d'esquí escolar, en el qual els nens esquien un cop per setmana durant 7 setmanes distribuïdes en la temporada. El que els permet tenir un dia més d'entrenament a la setmana i poder continuar sobre la línia de treball que es realitza durant els caps de setmana al club.

Responsable Categoria : Kevin Champanier







PROMOCIÓ U14 U16

Entrenadors: Ibai Nonini, Tobias Barrera, Aleix Suñe

L'any va començar amb el treball de preparació física: de mitjans de maig a finals de juny dues sessions per setmana, els dimecres amb una sessió específica treballant força, equilibri, coordinació i els dissabtes amb una sessió de aeròbic en què es treballa més la resistència de fons i tot relacionat amb el aeròbic.

El mes de juliol va ser amb 5 sessions setmanals en les que es van realitzar activitats de bicicleta de muntanya, diferents sortides de senderisme aprofitant l'entorn que Andorra ens proporciona, natació, circuits en rollers i alguna activitat més lúdica per setmana.

El mes d'agost va ser de descans i al setembre es va començar amb l'últim bloc de físics amb dues sessions setmanals seguint amb la mateixa dinàmica utilitzada en maig i juny. Per a aquest bloc estaven planificats dos Estatges en neu per fer la transferència dels aspectes treballats en els físics d'estiu a la feina de tècnica de base que es busca realitzar en els Estatge previs a l'inici de la temporada.

El primer Estatge estava previst per Stubai de el 25 d'octubre a 2 de novembre però per males condicions a la glacera vam haver de anul·lar-lo. El segon va ser un Estatge de SL a Madrid de l'21 a el 24 de novembre en el qual es va treballar sobre la tècnica de base i es va començar a fer treballs específics de SL amb traçats educatius. A partir del cap de setmana de l'30 de novembre i 1 de desembre i el següent cap de setmana esquem a Arcalís i Grau Roig amb els nois que estaven realitzant la preparació física d'estiu.

El primer dia oficial de club va ser el 14 de desembre la temporada 2019/2020 l'equip de "infants promoció" de PCGR va estar compost per 28 atletes i 3 entrenadors. La planificació per a aquesta temporada comptava amb 49 dies d'esquí, 10 carreres per a tota la categoria dins d'Andorra, 3 curses amb selecció dins d'Andorra i 1 carrera per a tots els atletes a França. Per la situació que estem vivint a través de l'COVID-19 la temporada va ser més curta i vam tenir 11 dies menys i 5 carreres menys, i per qüestions meteorològiques la cursa programada per França també es va suspendre.

Durant la temporada vam tenir alguns estímuls extres a l'calendari oficial de club: hi va haver un grup de 5 atletes que estan escolaritzats en el Lycee amb els quals vam pujar a esquiar tots els dimecres de 12.30 a 17.00h concretant 10 estímuls addicionals. Sumat a això vam tenir 12 atletes repartits entre les setmanes de l'27/01 a l'31/01 i la de l'17/02 a l'21/02 que han realitzat la setmana blanca de l'esquí escolar amb nosaltres.

Durant la temporada els tres grups de Promoció van mostrar molt entusiasme i motivació treballant de forma compromesa i aconseguint millorar el seu nivell tècnic. A nivell de resultats hem tingut un bon acompliment en totes les carreres:

- 04/01 Quali Premio Lucas Fox:
U16: 1° Laia Barea, 2° Mireia Jordi,
3° Maria Bellido.
U14: 1° Matteo Aciri.
- 05/01 Premio Lucas Fox:
U16: 1° Mireia Jordi, 3° Maria Bellido.
U14: 2° Matteo Aciri.
- 01/02 Nacionales Promocio GS:
U16: 1° Maria Bellido, 3° Mireia Jordi.
- 02/02 Nacionales Promocio SL:
U16: 1° Laia Barea, 2° Maria Bellido, 3° Mireia Jordi.
U14: 3° Alex Bafaluy.
- 15/02 Trofeu Credit Andorra GS:
U16: 2° Mireia Jordi.
U14: 2° Matteo Aciri, 3° Martí Llorc

- 16/02 Trofeu Credit Andorra SL:

U16: 1° Maria Bellido, 3° Mireia Jordi.
U14: 1° Matteo Acri, 3° Alex Bafaluy.



PERFECCIONAMENT U14 U16

Entrenador : Alvaro Mena



En la temporada 2019/20 en el grup de perfeccionament, pertanyent a el club (EPCGR) es va partir amb un grup de nens d'edats compreses entre els 12 anys als 15 anys, en els quals es tindria un total de 48 dies d'esquí a la temporada. El grup estava compost per un total de 9 integrants, d'ells uns venien de la competició i la resta volia fer alguna cosa diferent. L'enfocament que se li va donar a l'tipus d'activitat a realitzar, es va desenvolupar de la següent manera:

Part tècnica: a la part tècnica es faria una progressió tant individual com grupal dels aspectes tècnics de l'esquí alpí. Un correcte ús dels esquís en diferents situacions i terrenys donarien com a resultat, el control de la velocitat adaptant està a diferents tipus de ràdio i pendents.

Progressió tècnica metodològica: Es va fer introducció de la progressió tècnica de l'esquí alpí, ja que la idea no és només perfeccionar la manera en què esquïïn els alumnes (gestos tècnics necessaris) sinó també el que tinguin una presa de contacte amb l'ensenyament i d'aquesta manera anar formant-los per si en un futur volen dedicar-s'hi. En aquesta branca no només se li ensenya a l'alumne la importància de la tècnica, sinó també a donar una classe com a futur professor d'esquí, donant-li les eines necessàries perquè faci ús de la manera més adequada.

Esquí lliure: Se li dóna llibertat a l'alumne per experimentar el que s'ha après del dia a través de sensacions, en les que amb ajuda del seu entrenador farà els ajustos necessaris per poder millorar.

Fora de pista: On l'alumne aprèn a usar de manera efectiva els esquís en neu no tractada.

Els alumnes no només van aprendre i van millorar la seva tècnica de manera individual, sinó que també van aprendre a respectar-se entre ells i ajudar-se.

A continuació, es pot veure a les fotos a el grup de perfeccionament i els seus integrants:



TECNIFICACIÓ U14 U16

Entrenadors: Damien Bousquet, Jaume Planella

Aquesta temporada 2019-2020, la tecnificació del club estava formada per 13 corredors, 7 U14 i 6 U16.

Vam començar la pre temporada a principis de maig a Arcalis, fent 2 setmanes d'esquí als matins basats en treball de SL i de GS. Ens a permès establir les bases tècniques per la resta de pre temporada així com hivern.

El dia 1 de juny vam començar un bloc de físic seguit d'un estatge surf a Moliets la ultima setmana de juny i un altre bloc físic durant el mes de juliol.

Entre agost i principi de setembre vam anar a Ushuaia a Argentina a fi d'esquiar i fer el nostre bloc de pre temporada.

18 dies d'esquí en condicions hivernals, amb la col·laboració del club Andino i de l'estació del Cerro Castor.

Allà, aprofitem per treballar les bases tècniques per tota la temporada així com el treball específic de SL, GS i velocitat. Aquest any vam tenir l'oportunitat de compartir entrenaments amb l'equip de la federació catalana. Això ens a permès poder encara més diferenciar el treball entre U14 i U16, els U16 entrenant junts amb els catalans i poden fer 4 dies de SG en pista específica i seguritzada. Els U14 fent progressió al seu ritme i compartint entrenaments específics amb els U12.

Després de tornar d'Argentina vam fer 2 setmanes de descans i encadenar amb un altre bloc de físic fins els estatges d'esquí de tardor a la glacera de Stubai a Austria abans i després de Tot sants. El primer estatge, amb poca neu i molt gelada l'hem basat al GS en específic i cronos. El segon, malauradament l'hem agut d'escurçar per culpa de una gran nevada de 80cm.

Per sort, aquest any vam poder començar la temporada a Andorra ben aviat, el 15 de novembre a Arcalis. Abans de desembre ja vam poder traçar en SL com en GS gracies al treball de l'estació d'Arcalis com la del Tarter.

Això ens a permès arribar ben preparats al primer objectiu dels U16, la coupe de Noel. Allà hi van anar els nostres dos corredors de 2004, la Claudia i el Marc. La Claudia fent segona al GS després de guanyar la primera manega i el Marc 39e també en GS. En SL, els dos es van sortir.

A partir d'aquestes dates, vam començar el període competitiu tan en U14 com en U16.

A aquest període competitiu s'intercala algun període a on podem entrenar però es bastant complicat vist el calendari de competicions regional francès, nacional andorrà, nacional francès i internacional.

Al desembre i gener vam competir en el circuit regional francès i Andorrà i amb aquest resultats s'han fet la selecció pel trofeu Borrufa, esdeveniment internacional a Andorra.

Per part del nostre club, van estar seleccionats: Claudia Garcia, Marc Fernandez, Pirmin Estruga, Ferran Torres, Arnau Gallardo i Carlos Salinas. Per una bona part del grup. El trofeu Borrufa ha sigut un èxit pel nostre club amb victòries i varis podis.

Tot seguit de la Borrufa, 3 dels U16 han estat seleccionats per representar Andorra a la OPA cup disputada aquest any a Baqueira (espanya). Aquesta competició de 3 dies es actualment la més important a nivell internacional amb països com França, Austria, Italia...

Durant l'hivern, els nostres corredors han participat a diverses curses als pirineus francesos, una interregional de confrontació així com els campionats dels pirineus. A Andorra, una interregional amb els francesos això com curses del circuit nacional.



A nivell dels entrenaments, hem tingut possibilitats d'entrenar en varies pistes del país, hem fet 2 camps de velocitat organitzats per la federació i que han estat de molta qualitat. A més, el grup U16 a anat a Espot per entrenar 2 dies durant els dies de més afluència a Andorra.

En conclusió, ha sigut una temporada molt bona a nivell dels resultats, de la qualitat dels entrenaments. Es una gran pena no haver pogut acabar la temporada sobre tot que teníem moltes expectatives per les ultimes curses, tant als nacionals d'Andorra com de França.

Ara resta a preparar la pròxima temporada amb il·lusió.

Principals resultats del grup:

Trofeu Borrufu:

-Claudia Garcia: 1a en GS, 2a en SL, 2a en SG i combinada.

-Marc Fernandez: 1r en SG i combinada, 3r en SG.

-Pirmin Estruga: 4rt en GS

Guanyadors del Team event

Campionat dels Pirineus:

-Claudia Garcia: 1a en GS, 2a en SL

-Pirmin Estruga: 2n en GS

-Ferran Torres: 4rt en GS



MUNTANYA

Entrenador: Arnau Anguera

La temporada 2019-2020, la vuitena des de l'inici del projecte del grup de Mountaineering com a una secció més del club ECPCGR, entre les quals també hi ha l'Esquí Alpí, l'Snowboard i la secció de Multidisciplinar, s'han treballat els diferents aspectes que engloben les activitats d'Esquí de Muntanya i Curses de Muntanya.



Objectius generals del programa:



- **Aportar una formació integral a l'esportista.** Des del club s'han treballat diferents valors que ens aporten el món de la muntanya i la competició. Intentant aplicar-los a la vida diària de l'esportista. Esforç, sacrifici, superació.
- **Millorar en l'aspecte tècnic i de seguretat.** A partir d'entrenaments específics i realitzant tallers hem pogut aprofundir en l'ensenyament de les tècniques de progressió en l'àmbit de la muntanya així com la millora de la seguretat.
- **Vehiculitzar totes les infraestructures que disposa el club** als esportistes i a les seves famílies per assolir els objectius proposats al llarg de la temporada.

L'Arnau Anguera, Tècnic Superior en Esquí de Muntanya, Tècnic d'Alta Muntanya i Llicenciat en Activitat Física i Esport ha continuat com a responsable de l'àrea al llarg de la temporada.

Aquesta temporada el grup d'esportistes s'ha vist reduït a 6. Cal esmentar que en Gerard Rogé es troba estudiant a Toulouse i durant la temporada d'hivern no ha participat als entrenaments del club, i està a l'espera de tornar-se a incorporar a la temporada d'estiu.

- Carles Serra
- Gerard Rogé
- David Rogé
- Marcel Prat
- Eduard Tor
- Adrià Bartumeu

Un cop acabada la temporada de competició d'esquí de muntanya abans d'hora per causes sobrantaurals (Coronavirus), podem valorar que s'han assolit els objectius generals establerts a l'inici de la temporada, tot i que s'ha de continuar incidint en la captació de nous esportistes i la millora del rendiment en les competicions i entrenaments.

Una temporada més, la meteorologia i la manca de nevades han fet que cada esportista prestés el màxim d'ell mateix en tot moment. La motivació i el treball del dia a dia han esdevingut elements clau per tal d'aconseguir els bons resultats obtinguts.

Al llarg de la temporada competitiva d'hivern s'han realitzat un total de 89 dies d'entrenament dirigit des de setembre fins al 13 de març, i un total de 8 curses d'esquí de muntanya amb el club. Cal destacar que els esportistes del club seleccionats per la FAM han participat a d'altres proves a nivell internacional.

Cal destacar la participació d'en Carles Serra, Marcel Prat i Adrià Bartumeu en algunes proves de la Copa del món amb la FAM. Els mateixos esportistes havien de participar als Campionats d'Europa que s'havien de disputar a Madonna di Campiglio aquest proper més d'Abril.

Durant l'estiu cal fer esment també de la presència de Gerard Rogé, Marcel Prat i David Rogé als Campionats del Món de Curses de Muntanya disputats a Itàlia.

Tots els esportistes han rebut un entrenament personalitzat després d'haver realitzat proves d'esforç i mèdiques. Al llarg de la temporada d'hivern també s'han realitzat diferents xerrades i tallers formatius de seguretat en muntanya i nivologia.

Cal destacar que aquesta temporada s'ha tornat a realitzar l'stage de pretemporada a Tignes a finals del mes d'octubre. Hi van assistir 5 esportistes i es va desenvolupar amb èxit. Tot i la manca de neu es va poder realitzar molt bon entrenament tècnic i el qual va servir també per poder fer un bon treball de volum i de cohesió de grup.



MULTIDISCIPLINAR

Entrenadors: Marco Mijares, Jorge Juan Moreno

Aquest any el grup era d'un total de 13 joves dels quals 3 eren nous y 10 repetidors (alguns d'ells varies temporades en la secció multidisciplinaria). Guiats i supervisats por dos entrenadors. Jorge Juan Moreno Martinez i un servidor Marco Mijares. Mencionar també que la temporada ha estat 9 dies més curta del que ens esperavem i per aquest motiu algunes activitats no les hem fet, pero es pot considerar igualment que ha estat un hivern molt complet ple de activitats variades com a continuació detallo:

Activitats realitzades:

1- Tècnica d'esquí variada amb nombrosos educatius, exercicis i explicacions variades, centrant nos en la tècnica, la eficacia, la estètica i la solidesa dels esportistes sobre els esquis.

Hem diferenciat i treballat girs de radi curt i/o radi gran, eficacia de la utilització dels bastons, en diferentes pendents, també pendents molt fortes.

2- Seguretat: Hem fet exercicis de recerca de víctimes d'allaus utilitzant els kits de seguretat (DVA, pala i sonda) alguns no hi eren. També detectar perills a la neu com obstacles perillosos, analitzar risc d'allaus, tipus de neu. També hem fet exercicis d'autodetencions en cas de caigudes, aquest punt ens hagués agradat treballar ho més pero ens ha faltat temps.

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

4 - Salts: moltissims, es una activitat molt desitjada i lúdica en joves d'aquestes edats. Això ho hem complementat amb varies sessions indoor al 360 extrem i al parc de freestyle de Grau Roig.

També hem tingut ocasió de construir per nosaltres en un lloc adient un salt amb la ajuda de una pala i fer el nostre propi salt repetint lo diverses vegades. Intentant fer salts amb rotacions, grabs, rodeos i altres figures.

5- Dies centrats en treball de la coordinació, amb exercicis de esquí sincronitzat, en parelles, en petits grups de 3 o 4 o també tots junts.

6 - Esquí de muntanya: Hi havia dos grups ben diferenciats. Un de iniciació que ha anat progressant poc a poc fins ser capaços de fer bones excursions i un altre de més avançat que disposava de material propi i que ha anat entrenant amb regularitat i després han participant uns a la cursa skimo 6 i altres a la skimo 2 segons edats i preparació física amb un resultat molt respectable.

Mencionar que l'equip de la skimo 6 estava compost de dos joves i del seu propi entrenador i a la skimo 2 eren dos equips de dos. A part les excursions realitzades han sigut

les següents. 1) pic de Montmalus, 2) pic Negre d'Envalira 3) Pic Pessons 4) Excursió de 2 dies desde Escaldes a Grau Roig pernactant al refugi de l'illa 5) Pic negre de la Rabassa 6) Pic de Mil Menut a la vall de Ransol 7) Pic alt del Griu per Ensagents.

7- Dies de snowboard: Dos grups ben diferenciats un d'iniciació amb un nivell final de pista blava i un altre de molt més avançat tot terreny.

8 - Esquí de telemark.

9 -Dos dies d'escalada en una pared natural aprop de Jubberri, Sant Julia de Loria.

10 - Dies pràctica de extrem carving

SILVERS SKIERS

Entrenador: Ibai Nonini

El grup de **Silver Skiers de l'Esquí Club Pas de la Casa** és un grup pensat pels socis de l'esquí club majors de 65 anys amb fins recreatius i socials, és una proposta orientada a motivar les persones de la tercera edat a mantenir-se actius i saludables a través de la integració esportiva aprofitant l'entorn natural que ens proveeix Andorra a l'estació d'hivern.

El grup té programat 3 dies setmanals- dilluns, dimarts i dijous i de 10 a 13 hores. Ens vam reunir a la base de l'Funicamp d'Encamp per pujar tots junts, a l'arribar a pistes vam realitzar exercicis de preescalfament i després vam començar a esquiar. El que busquem és, mentre anem recorrent els diferents llocs de Grandvalir, anar treballant sobre la tècnica individual per tenir més eines i poder desplaçar-nos de manera segura en qualsevol tipus de neu i pendent.



Aquesta temporada comencem a amb les activitats a la setmana de l'16 de desembre, després vam tenir un descans en les vacances de Nadal i reprenem en la segona setmana de gener. Aquesta temporada el grup va tenir un gran increment en la quantitat de participants, a l'inici de la temporada teníem 8 participants i vam acabar sent 15 en total.

Aquest any a l'igual que la temporada passada els Silvers van participar de la cursa social de l'PCGR que es va realitzar el 24 de febrer a l'estadi de competició del Pas de la Casa. Per la finalització anticipada de la temporada esquiem menys dies que la temporada 18/19 tenint un total de 20 dies d'esquí.

Teníem planificat fer una sortida a esquiar a Ordino Arcalís en la setmana de el 16 de març però per a aquesta data ja havien tancat les estacions pel que va ser el que ens va quedar pendent pel que fa al que havíem planificat.



SNOWBOARD

Entrenador : Guillem Fernandez

Durant la temporada 2019/2020 el grup de surf PCGR/ECOA ha consolidat la segona temporada



de col·laboració en el grup de competició snowboard format per 7 corredors. (4 noies i 3 nois). Aquesta categoria U15 (6 corredors) i U17 (1 corredor) ha fet un programa exigent, durant tot l'any. D'altra part el PCGR va continuar fomentant la base amb un grup de 3 corredors mini-surfers (U9/U11)

El grup de juniors (format per 3 corredors) es va poder mantenir, ja que econòmicament no era viable, gràcies a integrant-lo amb un programa menys exigent, amb el corredors de competició.

La categoria competició PCGR/ECOA, amb un entrenador nivell 2 (Tià) ha fet el següent programa : Durant la pre-temporada a partir del mes de Juny s'han fet entrenaments físics els caps de setmana amb els clubs . Aquest entrenaments s'han complementat amb 2 dies setmanals d'entrenaments (dimarts i dijous) per millorar la tècnica , resistència, coordinació al aire al 360 Extrem. El tot el mes de juliol es va treballar amb l'entrenador Guillem (de dilluns a divendres) activitats físiques multidisciplinars (muntanya, BTT, skate, piscina ,slack-line, específics snow, pumptrack a Pal...)

En la setmana de Tots Sants es va fer un estatge físic amb sortides a la muntanya, entrenaments físics al complex esportiu del Comú d'Encamp, 360 extrem, ja que no es poder viatjar als glaciers per manca de neu.

Durant la temporada d'hivern ens van marcar uns objectius força exigents, avançant el començament de la temporada al 16/12/2020 amb l' objectiu de 80 dies sobre neu, esquiant tots les caps de setmana, vacances escolars i dimecres a la tarda.(Peretol o Acalis). Finalment i degut a la crisi sanitària, el 11/03 van donar per finalitzada la temporada sobre la neu.

L'objectiu principal era consolidar la participació i els bons resultats de temporades anteriors, en proves del circuit d'Andorra, Catalunya, i Espanya , amb una visió mes enfocada a França. competint en un circuit (Kids Nacional Tour) de mes nivell en SBX, que ens donaria visió del nostre ranquing França.

El club PCGR va organitzar la KSB que per primera vegada tenia nivell FIS , el dissabte 15/02/2020 de Slope Style snow /fresski "Memorial Arnau Cordonier".



Va estar un èxit de participació amb mes de 130 riders (cursa internacional amb riders andorrans, francesos, espanyols, xilens) formant part també del nou circuit 3 Nacions Freestyle Tour.

Va ser un repte important, per aconseguir els requisits FIS de la competició, que sense cap accident, amb un park impecable (gràcies al equip de GrandValira), respectant el programa amb la dificultat de gestionar 132 corredors, va assolir les expectatives. Al finalitzar la competició Riders, entrenadors, Dts, jutges, federacions, estació de GrandValira ens van transmetre les seves felicitacions i això en encoratja a seguir organitzant aquests events si es possible en un futur. Aquesta competició també va puntuar com a NC d'Andorra en modalitat de Slope Style. (freeski i snow)

-COMPETICIONS:

1. Isola 200: Kids National Tour. (SBX)

Maitane Dominguez: posició 37 (1/16 de final)

Èlia Pascuet: posició 34 (1/16 de final)

Aixa Naudí: posició 24 (1/8 de final)

Nerea Fernandez: posició 20 (1/8 de final)

-Max Barcons: posició 47

Manel Garcia: posició 40

Ian Porte: va fer d'obridor, ho vam prendre com a entrenament.

2. Font Romeu: Open català slope style.

-Femení:

-U13:

Èlia Pascuet: 1ª posició

Maitane Dominguez: 3ª posició

-U15

Nerea Fernandez: 4ª posició

Aixa Naudí: 5ª posició

-Masculí:

-U15:

Max Barcons: 4ª posició

Manel Garcia: 5ª posició

3. Formigal: Campionat España Movistar (SBX)

-Masculí:

-Ian Porté:

Posició final KO's: 14è.

-Max Barcons:

Posició final KO's: 9è

-Manel Garcia:

Posició final KO'S: 10è

-Femení

-Maitane dominguez:

Caiguda a les qualificatòries i no va poder córrer.

-Èlia Pascuet:

Posició final KO's: 6ena.

-Nerea Fernandez:

Crono Qualificació: 37.59s

Posició final KO's: 4ª

-Aixa Naudí:

Crono Qualificació: 36.48s

Posició final KO's: 1ª.

(2 corredores es van classificar per la Final)

4. Grau Roig: Trofeu fis KSB

-Femení:

-U13:

Èlia Pascuet: 1ª

-U15:

Nerea Fernandez: 6ena

Aixa Naudí: 4ª

-Masculí:

-U15:

Max Barcons: 8è

Manel Garcia: 7è

-U17:

Ian porté: 7è

5. Arinsal: trofeu tres nacions FIS

-Femení:

-U15:

Aixa Naudí: 4ª

Nerea Fernandez: 5ª

-Masculí:

Max Barcons: 9è

Manel Garcia: 10

Conclusió :

Els nostres corredors/corredores han aconseguit punts FIS en fresstyle, consolidar els pòdiums el les curses als Pyreneus, i competir als Alps , sabent quin es el nivell del circuit i el nivell envers els riders francesos en SBX.

Malauradament i per diferents motius, i agreujats per la crisi del Covid 19 , el projecte ECOA/PCGR competició snowboard, no continuarà la temporada vinent .

La junta del ECOA ha decidit en aquests entorn incert retornar(si tenen 5 corredors) a un grup mes de surf base, o donar de baixa la secció.

La junta del PCGR veient la dificultat de continuar en solitari aquests projecte, ha decidit tancar la secció de snowboard en totes les seves categories i edats.

Es continuarà dins del grup multidisciplinar.



CURSES ORGANITZADES

	DATA		CATEGORIA	PATROCINADOR	MODALITAT	ESTACIÓ	PARTICIPANTS
DIMARTS	31-déc	3FRONTERES		DYNAFIT,	SKIMO VERTICAL	GRAU ROIG	130
DISSABTE	1/2	PROMO CUP	U14 U16 PROMO	GUIBO WELLNESS	GS	PAS DE LA CASA	90
DIUMENGE	2/2	PROMO CUP	U14 U16 PROMO	BANC SABADELL D'ANDORRA	SL	PAS DE LA CASA	95
DISSABTE	15/2	KSB	TOTES	KSB, RESTAURANT COLL BLANC	SLOPESTYLE	GRAU ROIG	120
DISSABTE	15/2	TROFEU CREDIT ANDORRA	U14 U16	CREDIT ANDORRÀ	GS	PAS DE LA CASA	131
DIUMENGE	16/2	TROFEU CREDIT ANDORRA	U14 U16	CREDIT ANDORRÀ	SL	PAS DE LA CASA	132
DISSABTE	22/2	TAMARRO	U8	FORD, SALOMON,	KR, GS, KL, BIATHLON	GRAU ROIG	245
DIUMENGE	23/2	GRAN PREMI PRINOTH	U12	PRINOTH	GS	PAS DE LA CASA	140
DILLUNS	24/2	SOCIAL	TOTES	DOPPELMAYR, SALOMON, COMÚ ENCAMP	GS	PAS DE LA CASA	263
DISSABTE	29/2	12a SKI TEAM RACE SIEP	U10	SIEP	KR	PAS DE LA CASA	160
DIUMENGE	1/3	GRAN PREMI TECHNAL	U12	TECHNAL ALUMINIER	KR	PAS DE LA CASA	146
DIUMENGE	29/3	NC KL	U12-VET	COMU ENCAMP	KL	GRAU ROIG	
DIUMENGE	5/4	TROBADA INTERNACIONAL U6 U8	U6 U8	AXA, HARIBO, COMÚ ENCAMP, GRANIER	KR, GS, KL, BIATHLON, SALTS	GRAU ROIG	
							1652

















COPA BURGER KING



12a SKI TEAM RACE

DISSABTE 29 FEBRER 2020

KR U10

1r corredor : 11h15

Classificacions per equips
Samareta i Medalla per a tots els participants



Inscripcions : info@esquiclubpcgr.com
abans del 28 a les 12h

Sorteig de dorsals :

Dijous 27 / 02 a les 19h00

Local ECPCGR, Funicamp -2 ENCAMP

Mini estadi TUBS

Pas de la Casa

Esqui Club Pas de la Casa Grau Roig: Edifici Funicamp -2, ENCAMP, Tel 832067, www.esquiclubpcgr.com



Esqui Club Pas de la Casa / Grau Roig
FUNICAMP -2
AD200 ENCAMP
ANDORRA
Tel: 832067
Fax: 833131
E-mail: ecpcgr@andorra.ad
www.esquiclubpcgr.com

Estimats Socis,

Us informem que el proper **DILLUNS 24 DE FEBRER** (CARNAVAL) tindrà lloc el **39e CAMPIONAT SOCIAL DE L'ESQUI CLUB PCGR, MEMORIAL FRANCESC VILADOMAT**

Aquesta cursa està reservada als Socis de l'Esqui Club Pas de la Casa - Grau Roig, que hagin pagat la quota de soci 2019 / 2020.
Les inscripcions s'han de fer obligatòriament per internet a www.esquiclubpcgr.com fins al dijous 20 de febrer a les 19 hores. No inscrivem ningú que no hagi fet la seva inscripció.

ALPH	
CATEGORIES	Nascuts
U6	2014 - 2015
U8	2012 - 2013
U10	2010 - 2011
U12	2008 - 2009
U14 PROBES	2006 - 2007
U14 TEGS	2004 - 2005
U16 PROBES	2002 - 2003
U16 TEGS	2000 - 2001
U21	1998 - 2001
U30	1989 - 1996
VETERANS A	1979 - 1988
VETERANS B	1969 - 1978
VETERANS C	1959 - 1968
VETERANS D	1949 - 1958
VETERANS E	SILVERS
MUNTANYA	
MULTI	
SURF	

CLASSIFICACIONS:

1 - **Classificació individual** per categories amb premis que seran trobats als 3 primers de cada categoria.

Les categories per aquesta temporada són les següents:

2 - Trofeu Memorial Francesc Viladomat al guanyador absolut masculí i femení

3 - Repartiment de material Salomon

El Programa és el següent:

Dia 23 de febrer: a les 18h00 SORTEIG DE DORSALS

Dia 24 de febrer:

09h00 DISTRIBUCIÓ DE DORSALS (Estadi Costa Rodona)

10h00 SORTIDA PRIMER CORREDOR (Estadi Costa Rodona)

12h00 REPARTIMENT DE PREMIS (Terrassa Burger Brothers 2n pis Cubit)

13h30 DINAR DE GERMANOR Terrassa Burger Brothers, 2n pis Cubit.

Les reserves pel dinar i les inscripcions a la cursa s'han de fer únicament a través de la pagina web del club fins el dijous 20 de febrer a les 19h00.

La participació pel dinar és de 15 € (Pica pica, Hamburguesa per escollir, Gelat, Beguda).
Preu especial de 12 € pels U6, U8 i U10.

Durant tot el matí, ski test SALOMON a Costa Rodona reservat als socis.



COPA BURGER KING



Trofeu TECHNAL ALUMINIER

DIUMENGE 1 MARÇ 2020

KR U12

1r corredor : 11h15



Inscripcions : info@esquiclubpcgr.com
abans del 26 a les 18h

Sorteig de dorsals :

Dijous 27 / 02 a les 19h30

Local ECPCGR, Funicamp -2 ENCAMP

Mini estadi TUBS

Pas de la Casa

Esqui Club Pas de la Casa Grau Roig: Edifici Funicamp -2, ENCAMP, Tel 832067, www.esquiclubpcgr.com



Dissabte 22 febrer 2020

U8

Nascuts en 2012 i 2013

GRANDVALIRA

Inscripcions fins el dimecres 19 de febrer 19h

ecpcgr@andorra.ad
www.esquiclubpcgr.com



Xavi Park GRAU ROIG

Combiraçé

Biathló

Eslàlom

Gegant

Kilòmetre

Llançat

Salt lúdic







Esquí de muntanya *Vertical*

Dimarts 31 de desembre 2019

La Sant Silvestre de Skimo



Puntuable per a la **PARK PIOLETS**
Copa d'Andorra d'esquí de Muntanya
INSCRIPCIONS ONLINE : www.topcrono.net






GRAN PREMI d'Andorra

DIUMENGE 2 DE FEBRER 2020

Campionat Nacional d'Andorra Eslòm U14 i U16 Promoció

Estadi Francesc Viladomat
PAS DE LA CASA
1r corredor : 9h30



Sorteig de dorsals :
Dijous 30 / 01 a les 19h30
Local ECPCGR, Funicamp -2
ENCAMP

PROMOS CUP 2020

Esquí Club Pas de la Casa Grau Roig: Edifici Funicamp -1, ENCAMP, Tel 832067, www.esquiclubpcgr.com

Banc Sabadell d'Andorra 

Gran Premi **GUIBO WELLNESS**

Campionat Nacional d'Andorra Eslòm Gegant U14 i U16 Promoció

Dissabte 1 de febrer 2020

PAS DE LA CASA

Eslòm Gegant Estadi Francesc Viladomat

1r corredor : 9h30



Sorteig de dorsals :
Dijous 30 / 01 a les 19h00
Local ECPCGR, Funicamp -2



www.esquiclubpcgr.com
 Email : info@esquiclubpcgr.com
 Tel : 832 067







15/02 8h30
GRANDVALIRA GRAU ROIG



TROFEU FIS KSB
MEMORIAL ARNAUD CORDONNIER

Campionat Nacional d'Andorra d'Slopestyle
Puntuable pel Pyrenean Freestyle Tour i 3 Nacions Freestyle Tour
Disciplines: Snowboard i Freeski
Inscripcions fins al 13/02 a les 10h
info@esquiclubpcgr.com
+376 83 20 67













TROFEU CRÈDIT ANDORRÀ U14 / U16

Dissabte 15/02/2020 : GS

Diumenge 16/02/2020 : SL



ESTACIÓ : PAS DE LA CASA



COPA BURGER KING

Prinath

Gran Premi Prinath

DIUMENGE 23 FEBRER 2020

GS U12

1r corredor : 9h45

Sorteig de dorsals :

Divendres 21 / 02 a les 19h00

Local EPCGR, Funicamp -2 ENCAMP

Pas de la Casa

Estadi Costa Rodona

Esquí Club Pas de la Casa Grau Roig; Edifici Funicamp -2, ENCAMP, Tel 832067, www.esquiclubpcgr.com



Diumenge 5/04/2020 Dimanche

TROBADA INTERNACIONAL Salts U6-U8

Eslàlom Paral·lel Biathlon Mini KL
Combirace

GRANIER



Inscripcions i forfaits gratuits : info@esquiclubpcgr.com

PAS DE LA CASA GRAU ROIG

Esquí Club Pas de la Casa Grau Roig; Edifici Funicamp -2, ENCAMP, Tel 832067, www.esquiclubpcgr.com

