



Funcionament de la categoria Multidisciplinar

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 de la temporada realitzarem varis esdeveniments a casa, amb l'ajuda dels voluntaris de la nostra organització; i entrenarem 200+ esquiadors federats de totes les categories.

Grup de Multidisciplinar:

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:

Entrenador per determinar encara

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 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 esquís 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 la Juliet al tlf. 361.718.