

Benvolguts socis.

Aquest any els entrenadors seguim amb diverses propostes per dur a terme al llarg de la temporada, i per tant, us tornem a presentar l'**STAGE DE PRETEMPORADA**, unes colònies de cap de setmana on es fan activitats esportives i lúdiques.

Les dates de l'Stage serà el **20, 21 i 22 d'octubre**. Enguany, hem decidit tornar a la casa de colònies **CASTELL DE FLUVIÀ**, de l'empresa Rosa dels Vents, situada a SANT ESTEVE DE PALAU TORDERA al Vallès Oriental. (a 48 km de Barcelona).

L'estada té un cost de 59€ per atleta que inclou pensió completa i activitats dirigides pels monitors de la casa (rocòdrom, granja, bosc vertical,...) i pels entrenadors de la UGE Badalona.

Per apuntar-se a les colònies s'haurà de fer a través de la intranet de la web del club com una competició. Recordeu que per incrementar el saldo disponible podeu fer una transferència bancària i enviar-nos el comprovant, per ingrés online amb targeta de crèdit a través de la web o en metàl·lic a les pistes.

ÚLTIM DIA D'INSCRIPCIÓ: 17 D'OCTUBRE

A continuació us adjuntem l'enllaç de la casa de colònies:

<http://www.castelldefluvia.com/>



· COM ARRIBAR:

- Autopista A-7 (sortida 11).
- Preneu la comarcal 251 direcció Santa Maria de Palautordera.
- Al quilòmetre 18 trobareu una desviació (a mà dreta).
- S'ha de travessar primer Santa Maria de Palautordera i després Sant Esteve de Palautordera.
- Al quilòmetre 6,7 trobareu un rètol indicatiu a mà esquerra: Granja escola El Castell de Fluvià.
- La casa es troba a 200 m. de la carretera



La sortida serà el divendres 20 d'octubre. Quedarem a les pistes a partir de les 18:00h per anar amb cotxe. Us demanem que tots els que disposeu de vehicle vingueu a les pistes per tal d'oferir els llocs lliures als que no en tinguin.

La tornada serà el diumenge 22 on ens trobarem directament a la casa de colònies. Caldrà estar allà entre les 15.30 i 16.30h per recollir-los. No es tornarà a les pistes. Les famílies dels nens/es que vagin en cotxes que no siguin els seus hauran de posar-se d'acord amb els conductors per determinar el lloc on es trobaran.

En quan el menjar tenim pensió completa: esmorzar, dinar, berenar i sopar. Però si hi ha algun atleta que vulgui portar menjar apart, pot fer-ho.

Si el vostre fill/a té **al·lèrgies**, necessita prendre **medicaments** o necessitem alguna informació podeu especificar-ho al full que adjuntem. Aquest full s'ha d'entregar directament al monitor del soci, a secretaria o enviar-lo per e-mail a secretaria@ugebadalona.com. Necessitem aquesta informació, sobretot per temes de menjar el més aviat possible.

Per últim, informem del **material** que cal que portin els atletes:



- Roba per entrenar
- Roba d'arreglar
- Roba d'abric (anorac o similar)
- Pijama
- Material per la neteja diària (tovallola, raspall de dents, sabó...)
- Capelina o cangur
- Bambes (2 parells)
- Gorra
- Cantimplora
- Lot i piles de recanvi
- Targeta CATSALUT

Des de la casa ens han comunicat que no cal dur sac de dormir, però **RECOMANEM** que si en teniu el porteu.

Les places són limitades! Afanyeu-vos!

Us hi esperem a tots!

Entrenadors UGE Badalona



FULL D'INSCRIPCIÓ A LES COLÒNIES

En/na _____, pare/mare/tutor de _____ amb DNI _____ informo que he llegit i accepto tota la informació referent a l'STAGE DE PRETEMPORADA i que el meu/va fill/a assistirà a les colònies organitzades per la UGE Badalona els propers dies 20, 21 i 22 d'octubre de 2017.

En cas d'emergència aviseu a:

Nom:	Telèfon de contacte:
Nom:	Telèfon de contacte:

Informacions d'interès:

Té por per les nits: SÍ NO
 Es desperta per les nits: SÍ NO
 Ha de dormir a la llitera de baix: SÍ NO

FULL D'INFORMACIÓ PELS MONITORS

AL·LÈRGIES

MEDICAMENTS (indiqueu quantitat a donar i hores)
--

ALTRES INFORMACIONS
