

ESTADES ESPORTIVES

FI DE CURS
2025-2026

.....

CET 10[®]

Barcelona 



PRESENTACIÓ

Ens plau donar-vos la benvinguda a les **Estades Esportives** que tindran lloc a **Hospitalet de l'Infant**, del 22 al 25 de maig de 2026.

Les modalitats esportives a les quals es podran inscriure són:

- > Bàsquet
- > Patinatge artístic
- > Danses urbanes
- > Patinatge urbà
- > Futbol sala
- > Vòlei

De forma excepcional, **aquell/a participant que realitza dues activitats esportives durant el curs, podrà combinar aquestes mateixes a les Estades.**

Desitgem que els vostres **fills i filles** s'engresquin i **participin** d'aquestes estades amb un doble objectiu: **millorar les seves qualitats en l'esport escollit i compartir vivències inoblidables.**



OBJECTIUS

- **Generar un espai de convivència** com a **cloenda de curs** entre els i les participants d'activitats extraescolars esportives que ofertem al Centre.
- Aprofundir en la **millora de la tècnica individual i col·lectiva** dels esports en els que participen.
- Promoure l'**introducció de nous esports i activitats** mitjançant sessions voluntàries: esports de raqueta (tenis i pàdel), i esports aquàtics (vela, snorkel, caiac i pàdel surf).
- Establir un **vinde fort entre els i les participants i l'equip tècnic**, que millori la cohesió dels diferents equips de l'escola.
- **Desenvolupar habilitats cognitives** que millorin aspectes com l'atenció, la concentració i la imaginació que permetin a l'esportista arribar a un òptim rendiment.
- Realitzar la **cloenda del curs** entre els i les participants d'activitats extraescolars esportives que s'oferten al centre.



INFORMACIÓ

DESTINATARIS/ES

Infants i joves de 6 a 17 anys.

DATES

Del 22 al 25 de maig de 2026.

MAIG						
dl.	dt.	dc.	dj.	dv.	ds.	dg.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

REUNIONS INFORMATIVES

- **Dimecres 25 de febrer a les 18:30 h (telemàtica).**
1a reunió general, adreçada a totes les famílies interessades en l'activitat. [link reunió](#)
- **Abril:** 2a reunió, adreçada a totes les famílies inscrites a l'activitat. **Els consentiments i autoritzacions es complimentaran via telemàtica,** durant el procés d'inscripció.
- Un cop realitzada la inscripció, les famílies rebran un correu amb un enllaç a través del qual emplenaran els qüestionaris obligatoris i la fitxa de salut de cada infant/jove.

ALLOTJAMENT

ALBERG ESPORTIU ÀSTER

- Situat a l'**Hospitalet de l'Infant** (Tarragona).
- La capacitat de l'Alberg és de 183 places, distribuïdes en un total de quaranta habitacions (de dues, quatre o sis places), totes elles equipades amb bany interior.
- hospitaletalberg.cat



INSTAL·LACIONS

L'alberg compta amb un gran ventall de serveis per gaudir d'uns dies en un ambient acollidor i agradable.

La zona en la qual es troba l'alberg té un **complex esportiu** molt ric: **piscina coberta, gimnàs, dos pavellons coberts, pistes poliesportives, pistes de tennis, pistes de pàdel i pista de futbol sala de gespa artificial.**

La platja, on es realitzen les activitats aquàtiques, està situada a només **200 metres de l'Alberg.**



PLA D'ACTIVITATS

	Divendres 22 de maig	Dissabte 23 de maig	Diumenge 24 de maig	Dilluns 25 de maig	
De 08:00 a 09:30 h	SORTIDA DES DE L'ESCOLA. VIATGE	LLEVAR-SE I ESMORZAR			
De 09:30 a 11:00 h		SESSIÓ ENTRENAMENT 3	ACTIVITAT AQUÀTICA: CAIAC, SNORKEL, VELA, PÀDEL SURF	PORT AVENTURA	
D'11:00 a 12:30 h	SESSIÓ ENTRENAMENT 1	TENIS / PÀDEL			
De 12:30 a 14:00 h	PISCINA / PLATJA				
De 14:00 a 15:30 h	DINAR				
De 15:30 a 17:00 h	TENIS / PÀDEL	SESSIÓ ENTRENAMENT 4	SESSIÓ ENTRENAMENT 5		
De 17:00 a 17:30 h	BERENAR				
De 17:30 a 18:45 h	ACTIVITAT DE LLEURE	ACTIVITAT AQUÀTICA: CAIAC, SNORKEL, VELA, PÀDEL SURF	TENIS / PÀDEL		VIATGE TORNADA I ARRIBADA A BCN
De 18:45 a 20:00 h	SESSIÓ ENTRENAMENT 2		SESSIÓ ENTRENAMENT 6		
De 20:00 a 21:00 h	DUTXA				
De 21:00 a 22:00 h	SOPAR				
De 22:00 a 23:30 h	ACTIVITAT DE NIT				
A les 23:30 h	DESCANS				

PLA D'ACTIVITATS

Al llarg de les estades es seguirà el següent **pla d'activitat diari**:

- **2 sessions** específiques **de l'esport escollit**.
- **1 sessió** específica **d'esport alternatiu** (opcional).
- **1 activitat conjunta** de caire lúdic o esportiu.
- **Piscina o activitat de platja**.
- **1 activitat diària de nit**, de caràcter lúdic.



TARIFES

4 DIES/3 NITS

315 € Inclou entrada de tot el dia a Port aventura (dilluns 25 de maig).

Suplement: 27 € per activitat aquàtica*.

ALTRES OPCIONS

Consultar amb el responsable de l'activitat:

Xavier Redón (xredon@cet10.com).

EL PREU INCLOU

- **Reunions informatives** per a famílies prèvies a l'activitat.
- **Gestió** de tot el **procés d'inscripció**, a través de la web **cet10.com** i **suport** individualitzat a les famílies.
- **Transport** escola-alberg-escola.
- **Pensió completa** i **dinar de l'últim dia**.
- **Director tècnic esportiu** deslliurat de grup.
- Difusió de tota la **informació** de l'activitat **a la web i al centre**.
- Plataforma d'accés a les **fotos i vídeos** durant l'**activitat**.
- **Samarreta**.
- **Monitoratge** esportiu **especialitzat** amb certificació ROPEC.
- **Assegurances d'accidents i RC**.



INSCRIPCIONS

INSCRIPCIONS ON-LINE

a través d'aquest enllaç.  [enllaç inscripció](#)

1r pagament

de l'1 al 10 de març de 2026: 115 €

2n pagament

de l'1 al 10 d'abril de 2026: 100 €

3r pagament

de l'1 al 10 de maig de 2026: 100 €

Activitats aquàtiques opcionals:
VELA, CAIAC, SNORKEL, PÀDEL SURF (27 € per activitat).

*Activitats opcionals aquàtiques: màxim 2 per participant
i es podran contractar i pagar fins al 10 d'abril.



NORMATIVA DE L'ACTIVITAT

- La realització de l'activitat queda condicionada a un **mínim de 30 participants**.
- Les **places** estan **limitades a 150** participants. En cas de superar el límit de places, es tindrà en compte l'ordre d'inscripció.
- Per a qualsevol **retorn econòmic** s'haurà d'**haver abonat la quantitat íntegra** de l'activitat i tramitar la baixa a les **oficines de CET10** C/ de l'Agricultura, 232, cant. Andrade, Barcelona, abans del començament de la mateixa.
- Si es tramita 10 dies naturals abans del seu inici, es retornarà el 60% de l'import final.
- Amb posterioritat a aquesta data es retornarà el 50%, només amb justificant mèdic on s'especifiqui la impossibilitat de realitzar l'activitat.





MÉS DE 30 ANYS AL VOSTRE COSTAT

Director Estades: Xavi Redón - xredon@cet10.com - C/ de l'Agricultura, 232 (cant. Andrade), Barcelona - cet10.com