



PÀDEL

ESQUAIX

DANCE

TENNIS

BEACH TENNIS

ACTIVITATS AQUÀTIQUES

SPECIAL SHOW!!

CAMPUS D'ESTIU 2018

---

DEL 25 DE JUNY  
AL 27 DE JULIOL

I DEL 3 AL 7 DE SETEMBRE



I TU?

## JO SÓC MÈLICH! I TU?

El Mèlich Sportsclub és un club **familiar i exclusiu**, amb instal·lacions de primera categoria. Després de la bona rebuda del campus d'estiu de l'any passat, volem seguir oferint un **campus esportiu de qualitat**, on tots els nens i nenes gaudeixin del seu esport preferit amb **els millors professionals**.

Oferim el **Special Show tots els dimecres tarda**, una activitat divertida i diferent cada setmana. I com l'any passat, els **divendres hi ha gimcana esportiva i guerra d'aigua** per acabar la setmana!

### COSES QUE HAS DE SABER ←

---

- ☆ *Les places, són limitades.*
- ☆ *En cada activitats els nens estaran guiats pels professionals d'aquell esport, de manera que aprofundeixen en l'aprenentatge de tècnica i rendiment.*
- ☆ *Volem anar mes enllà de la idea que el nen s'ho passi bé. També millorarà les seves habilitats físiques i esportives, així com l'aprenentatge de valors.*
- ☆ *Dinars i esmorzars al restaurant del club – amb menú variat i equilibrat.*
- ☆ *Cada dia per la tarda oferirem fruita a cada nen/a del campus, perquè creiem en els bons hàbits.*
- ☆ *S'ha de portar banyador, tovallola i casquet de bany cada dia. Divendres pistola d'aigua.*
- ☆ *S'ha de venir esmorzat i carregat d'energia tots els dies de campus.*

→ TOTS ELS DIMECRES

A LA TARDA



SPECIAL  
SHOW



FESTA DE L'ESPUMA



TALLER BOMBOLLES DE SABÓ GEGANTS



GLOBOFLÈXIA



ESPECTACLE DE MAGIA



TOCA-TOCA D'ANIMALS EXÒTICS



\* Cada dimecres hi haurà una activitat especial diferent

# HORARIS

## DE 4 A 6 ANYS

## MULTIESPORTS

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

8:30 - 9:00	Servei d'acollida				
9:00 - 10:45	Tennis	Beach Tennis / Esquaix	Esports col·lectius	Jocs esportius	Gimcana
10:45 - 12:30	Jocs / Dance	Activitats Aquàtiques	Pàdel	Activitats aquàtiques	Gimcana
12:30 - 13:15	Dinar				
13:15 - 14:30	Descans (Jocs de taula, pista poliesportiva, dibuix)				
14:30 - 16:15	Jocs / Esquaix	Activity kids	☆ SPECIAL SHOW ☆	Jocs / Dance	Activity kids
16:15 - 17:30	Activitats aquàtiques	Tennis	Activitats aquàtiques	Pàdel	Activitats aquàtiques
17:30 - 18:00	Berenar				

\*Horari de recollida:

13:15 -> Opció Matí

15:00 -> Opció Matí + Dinar

# HORARIS

## DE 7 A 9 ANYS

## MULTIESPORTS

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
8:30 - 9:00	Servei d'acollida				
9:00 - 10:45	Esquaix / Jocs	Esports col·lectius	Activity Kids / Dance	Beach Sports	Gimcana
10:45 - 11:15	Esmorzar				
11:15 - 12:15	Beach tennis	Tennis	Jocs Esportius	Pàdel	Gimcana
12:15 - 14:00	Activitats aquàtiques	Activitats aquàtiques	Activitats aquàtiques	Activitats aquàtiques	Guerra d'aigua
13:15 - 14:00	Dinar				
14:00 - 15:00	Descans (Jocs de taula, pista poliesportiva, dibuix)				
15:00 - 16:15	Jocs / Dance	Pàdel	☆ SPECIAL SHOW ☆	Esquaix	Tennis
16:15 - 17:30	Activitats aquàtiques	Activitats aquàtiques	Activitats aquàtiques	Activitats aquàtiques	Activitats aquàtiques
17:30 - 18:00	Berenar				

\*Horari de recollida:

13:15 -> Opció Matí

15:00 -> Opció Matí + Dinar

# HORARIS

## DE 10 A 12 ANYS

## MULTIESPORTS

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
8:30 - 9:00	Servei d'acollida				
9:00 - 10:45	Activity Kids / Dance	Beach Sports	Esquaix / Jocs	Esports col·lectius	Gimcana
10:45 - 11:15	Esmorzar				
11:15 - 12:15	Jocs Esportius	Pàdel	Beach tennis	Tennis	Gimcana
12:15 - 14:00	Activitats aquàtiques	Activitats aquàtiques	Activitats aquàtiques	Activitats aquàtiques	Guerra d'aigua
13:15 - 14:00	Dinar				
14:00 - 15:00	Descans (Jocs de taula, pista poliesportiva, dibuix)				
15:00 - 16:15	Jocs / Dance	Tennis	☆ SPECIAL SHOW ☆	Pàdel	Esquaix
16:15 - 17:30	Activitats aquàtiques	Activitats aquàtiques	Activitats aquàtiques	Activitats aquàtiques	Activitats aquàtiques
17:30 - 18:00	Berenar				

\*Horari de recollida:

13:15 -> Opció Matí

15:00 -> Opció Matí + Dinar

# HORARIS

## STAGE ESQUAIX

+ TARDA MULTIESPORTS

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
8:30 - 8:45	Servei d'acollida				
8:45 - 11:00	Esquaix	Esquaix	Esquaix	Esquaix	Esquaix
11:00 - 11:30	Esmorzar				
11:30 - 12:15	Preparació física	Preparació física	Preparació física	Preparació física	Guerra d'aigua
12:15 - 13:15	Activitats aquàtiques	Activitats aquàtiques	Activitats aquàtiques	Activitats aquàtiques	Activitats aquàtiques
	Dinar				
	Tarda multisports fins a 12 anys				

# HORARIS

## STAGE PÀDEL

## + TARDA MULTIESPORTS

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
8:30 - 8:45	Servei d'acollida				
8:45 - 11:00	Pàdel	Pàdel	Pàdel	Pàdel	Pàdel
11:00 - 11:30	Esmorzar				
11:30 - 12:15	Preparació física	Preparació física	Preparació física	Preparació física	Guerra d'aigua
12:15 - 13:15	Activitats aquàtiques	Activitats aquàtiques	Activitats aquàtiques	Activitats aquàtiques	Activitats aquàtiques
	Dinar				
	Tarda multisports fins a 12 anys				



# HORARIS

## STAGE TENNIS

+ TARDA MULTIESPORTS

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
8:30 - 8:45	Servei d'acollida				
8:45 - 11:00	Tennis	Tennis	Tennis	Tennis	Tennis
11:00 - 11:30	Esmorzar				
11:30 - 12:15	Preparació física	Preparació física	Preparació física	Preparació física	Guerra d'aigua
12:15 - 13:15	Activitats aquàtiques	Activitats aquàtiques	Activitats aquàtiques	Activitats aquàtiques	Activitats aquàtiques
	Dinar				
	Tarda multisports fins a 12 anys				

# MENÚ

## Setmana 1, 3, 5

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Arròs blanc amb salsa de tomàquet	Espaguetis a la bolonyesa	Amanida de lleties (tomàquet, tonyina i olives)	Mongeta verda saltejada amb pernil	Amanida de pasta (tomàquet, tonyina i olives)
Quiche de pernil i formatge amb amanida verda	Cuixes de pollastre al forn amb samfaina	Barretes de lluç amb amanida verda	Mandonguilles de vedella amb patates fregides	Milanesa amb amanida verda
Poma	logurt	Meló	Plàtan	Gelat

## Setmana 2, 4, 6

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Amanida de cigrons (tomàquet, tonyina i olives)	Amanida de patata amb tomàquet i ou	Tirabuixons a la carbonara	Pèsols amb pernil	Arròs tres delícies
Salsitxes de gall d'indi amb amanida verda	Lluç al forn amb amanida verda	Aletes de pollastre al forn amb amanida verda	Llibrets de pernil i formatge amb amanida verda	Hamburguesa amb patates fregides
Síndria	Pera	Flam	Meló	Gelat

\*Aquest menú està subjecte a canvis

\* Amanida verda: enciam, tomàquet i pastanaga

## HORARIS

### RECEPCIÓ I ENTREGA

- ☆ L'entrega i recollida dels nens es realitzarà al porxo exterior de l'accés principal del club. Es retolaran tres zones en funció de les edats (4-6 anys , 7-9 anys i 10-12 anys), i els monitors s'encarregaran d'apuntar el nen a llistes i redirigir-lo al seu grup.
- ☆ La recepció i entrega dels nens la realitzaran personalment el pare/mare del nen a l'acompanyant que tindran assignat; o al responsable d'acollida en cas de venir abans de l'hora d'inici del campus. En cas de no poder venir personalment, els pares hauran d'autoritzar per escrit a un tutor legal del nen; detallant nom, cognoms i DNI.
- ☆ L'horari d'arribada serà a les 8:45h. Recepció de 9h a 9:15h.
- ☆ Per tal de no perjudicar la dinàmica del club, agraïrem que la recepció dels nens i nenes es realitzi en la zona assignada, de manera ordenada, i respectant el silenci dels abonats.
- ☆ Qualsevol reajustament o canvi d'horaris, haurà de ser notificat amb antelació al coordinador del campus.

## MEDICAMENTS I MALALTIES

- ☆ L'equip tècnic no subministrarà cap medicament o anti-biòtic que no hagi estat degudament justificat i notificat amb el corresponent certificat mèdic al coordinador.
- ☆ Els pares dels nens que tinguin malalties cròniques, al·lèrgies o intoleràncies alimentàries hauran de presentar amb antelació a l'inici del campus el corresponent certificat mèdic al coordinador.
- ☆ En cas de detectar malaltia contagiosa, polls al cabell o febre, els nens no podran assistir al campus i s'informarà als pares per tal que els puguin venir a recollir.

## MATERIAL

### **Cada dia el nen/a haurà de portar una bossa diària amb:**

- ☆ Aigua
- ☆ Tovallola , banyador i casquet de bany
- ☆ Muda interior de recanvi
- ☆ Els assistents al stage han de portar: Raqueta de tennis, raqueta d'esquaix o pala de pàdel
- ☆ Esmorzar: el grup de 4 a 6 anys no té parada per esmorzar i per tant han de venir ben esmorzats de casa.
- ☆ Gorra i crema solar

*Tanmateix i per facilitar la logística, es recomana que tots els nens vinguin amb el banyador posat de casa (especialment els més petits). També haurien de portar posada la crema solar.*

*Tota la roba i estris personals hauran d'anar marcats amb el nom i cognoms del nen. Es recomana que el nen/a vingui vestit amb roba adequada per fer esport.*

*Finalitzat el campus tots els objectes perduts que tinguem seran portats als contenidors caritatius*

## DRETS D'IMATGE

Us recordem que en el moment de la inscripció es va sol·licitar l'autorització d'imatges. Tots aquells pares i mares que no estigueu interessats en que els vostres fills puguin aparèixer en imatges, vídeos i fotografies que el club realitzi durant el campus, ens ho haureu de notificar via mail a través de **campus@melichsportsclub.com** en cas de no haver-ho notificat prèviament a la inscripció.

## ESMORZAR

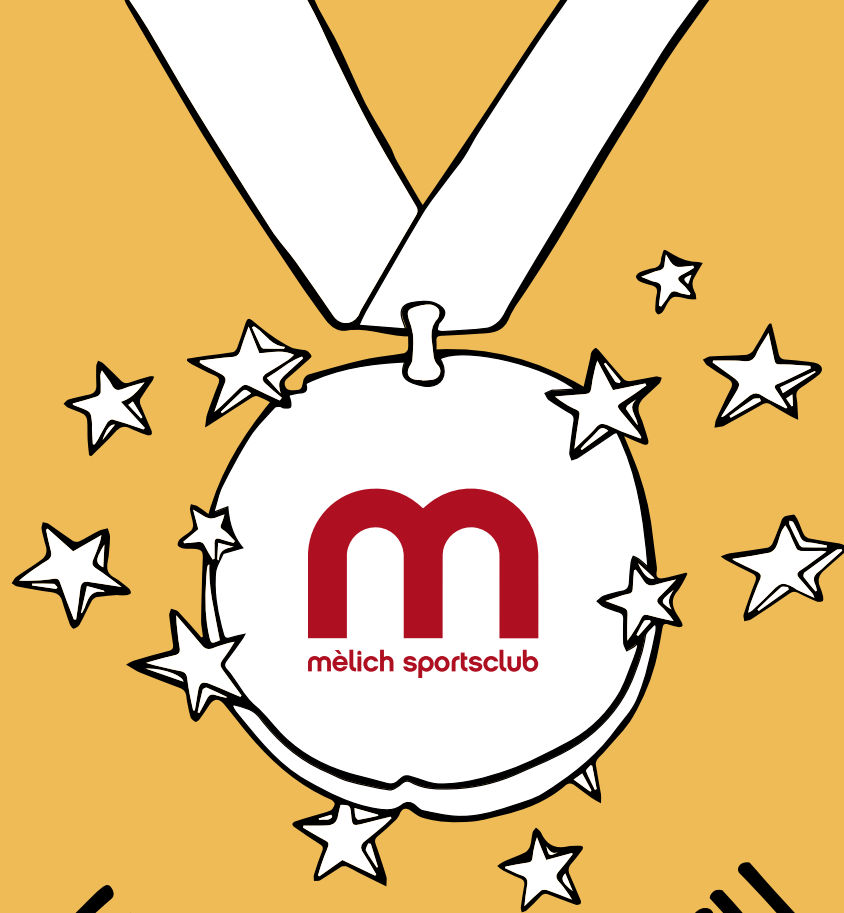
Tot i que es recomana que tots els nens ja hagin esmorzat a casa, a les 10:45h en cas del campus multiesport (grups de 7 a 9 i de 10 a 12) i a les 11:00h en el stage, farem una parada d'avituallament i tots els nens podran fer un segon esmorzar.

Aprofitem per recordar-vos que podeu contractar els esmorzars per opció de setmanes.

Per a qualsevol dubte o aclariment, podeu  
contactar a través de mail a  
**[campus@melichsportsclub.com](mailto:campus@melichsportsclub.com)**  
o trucant el telèfon de recepció  
**93 829 24 50.**

*Gràcies per la confiança!*





JO SÒC MÈLICH

I TU?