



AE FS ARRELS
c/ Can Ros 2-4
08027 Barcelona
685 999 263
ae fs.arrels@gmail.com

ACTIVITATS DE SETMANA SANTA 2024 TECNIFICACIÓ PATINATGE ARTÍSTIC

Durant les vacances escolars de Setmana Santa, l'AE FS Arrels ofereix una tecnificació de patinatge artístic, amb el nostre equip tècnic.

És una activitat destinada a esportistes de la secció de patinatge artístic des del grup d'Iniciació fins a Perfeccionament.

La tecnificació es farà a les instal·lacions de l'AE FS Arrels (es concretarà més endavant, segons el nombre d'infants inscrits en totes les activitats).

L'activitat només es durà a terme si s'arriba a un **mínim de 10 participants**.

La inscripció es fa de manera telemàtica en aquest [enllaç](#). Per fer la inscripció, és **obligatori adjuntar el comprovant de pagament**. El pagament es fa per **transferència** al compte **ES89 2100 3201 3022 0046 9180** (CaixaBank)

Data límit: **12 de març de març**

PREUS I HORARIS

TECNIFICACIÓ PATINATGE ARTÍSTIC	
Torn	de 9 a 13 h
del 25 al 28 de març	45 €

Objectius:

- Treballar l'elasticitat i força per poder realitzar les figures i salts demanats
- Millorar els integratius proposats per aquesta temporada
- Treballar la velocitat i els creuats pel que fa als estils

Els entrenaments estan dissenyats perquè els i les esportistes gaudeixin i aprenguin a través de jocs i activitats diverses.



AE FS ARRELS
c/ Can Ros 2-4
08027 Barcelona
685 999 263
aefs.arrels@gmail.com

NORMATIVA I FUNCIONAMENT DE LA TECNIFICACIÓ DE PATINATGE ARTÍSTIC

Entrades i sortides:

L'entrada i la sortida es farà per la porta del pati de l'Escola Arrels (c/ Can Ros, 2-4) *(si hi hagués qualsevol canvi, es comunicarà més endavant)*. A l'entrada, els infants es trobaran amb l'entrenadora, que els acompanyarà a l'espai indicat pel seu grup.

Els infants que estiguin autoritzats a marxar sols a casa, necessitaran que la seva família ho hagi autoritzat a l'hora de fer la inscripció. Si no és així, el personal de l'AE FS Arrels no els deixarà marxar.

És important respectar els horaris d'activitats, ser puntuals en les entrades i sortides. Cap infant podrà marxar abans de l'hora indicada sense que s'hagi informat al personal de l'Associació prèviament.

Material:

- Roba esportiva ajustada
- Patins
- Ampolla d'aigua
- Esmorzar

Es recomana **no portar objectes de valor** (mòbils, rellotges...) ja que en cap cas ens fem responsables de la pèrdua dels mateixos.

El personal de l'AE FS Arrels no administrarà cap medicació sense recepta mèdica i l'autorització expressa de la família o tutor(s). Si el vostre infant ha de prendre medicació, cal notificar per escrit al correu aefs.arrels@gmail.com.

Per a l'esmorzar, recomanem que estiguin formats per fruita, entrepans o sucs, i evitar pastisseria industrial.

Els i les participants es comprometen a mantenir durant el casal un comportament correcte, respectuós amb la resta d'infants i personal de l'AE FS Arrels.