

SECCIONS ESPORTIVES AE FS ARRELS

TEMPORADA 2025-2026



**WWW.AEFSARRELS.CAT
AEFS.ARRELS@GMAIL.COM**

INTRODUCCIÓ: Model educatiu, cultural i esportiu

L'Associació Esportiva Futbol Sala Arrels es va crear l'any 2002 i som experts en la gestió d'activitats extraescolars, tant culturals com esportives.

Entenem les activitats fetes fora de l'horari escolar, ja siguin esportives o culturals, com un espai on poder desenvolupar l'educació i el creixement integral dels infants i joves, tenint com a referent l'Ideari del Centre. És un marc privilegiat per a dur a terme l'adquisició d'actituds, hàbits i habilitats i, a més, ajuda a l'infant i jove a personalitzar-se i socialitzar-se.

Per dur a terme aquesta tasca educativa comptem amb plantilla de professionals (entrenadors, entrenadores, monitors i monitores) amb una àmplia experiència i formació, que s'apropen a l'alumne/a i l'escolten per ajudar-lo a guanyar en seguretat i autoestima.

El nostre objectiu és que cada família i infant puguin fer la vostra tria, pensant en les vostres necessitats o les vostres preferències.

Esperem que trobeu, entre totes aquestes activitats que realitzem en un ambient familiar i amb un tracte personalitzat, les que siguin del vostre interès.

ABANS DE FER LA INSCRIPCIÓ:

- Les noves incorporacions de:
 - Futbol sala, feu la inscripció segons la data de naixement.
 - Vòlei, feu la inscripció segons la data de naixement
 - Patinatge artístic, feu la inscripció a Preiniciació,
 - Gimnàstica rítmica, feu la inscripció al grup Iniciació.
- Un cop començada la temporada, els entrenadors i les entrenadores reubicaran, si és necessari, als i les esportistes al nivell que considerin adient.
- En cas de haver participat als entrenaments de portes obertes, inscriviu-vos al grup que us hagin indicat els entrenadors o entrenadores.
- Els horaris es poden veure afectats per modificacions en la disponibilitat d'instal·lacions

ELS ENTRENAMENTS COMENCEN EL 9 DE SETEMBRE DE 2025

I FINALITZEN EL 19 DE JUNY DE 2026.

MÍNIM 10 INSCRITS PER REALITZAR L'ACTIVITAT.

INSCRIPCIONS

RENOVACIONS DE PLAÇA, DEL 2 AL 8 DE JUNY

NOVES INSCRIPCIONS, A PARTIR DEL 9 DE JUNY

PER INTERNET EN AQUEST ENLLAÇ.

FUTBOL SALA

Lliga de l'amistat

2 DIES D'ENTRENAMENT + PARTITS EN DIVENDRES O DISSABTE MATÍ.
PER A INFANTS DES D'14 FINS A 2N DE PRIMÀRIA

El futbol sala és un esport col·lectiu de pilota on treballarem tot tipus de fonaments bàsics, tècnics i tàctics, mitjançant tant el joc com exercicis complementaris, una activitat divertida i en grup que et proporcionarà els principis bàsics d'aquest esport.

Treballem valors com la convivència, la companyonia, l'esforç, el compromís, la lleialtat, el respecte, l'ajuda, el saber guanyar i saber perdre...

L'objectiu d'aquesta activitat és treballar les habilitats bàsiques amb pilota així com la millora de la motricitat dels infants sense oblidar mai que l'aprenentatge és la base en la nostra forma d'ensenyar.

Els infants s'inicien en la competició i, per tant, s'ensenya als infants les normes de la mateixa competició, els diferents sistemes de jocs (col·locació a la pista, funcions de cada posició...).

Una vegada assolits els conceptes bàsics i aconseguit el coneixement i adaptació al sistema de competició i tot el que l'envolta, arribem a la fase de perfeccionament de tot el que s'ha après. S'augmenta el grau de complexitat en els exercicis i activitats, i s'introdueixen noves variables dins dels sistemes de jocs explicats, a l'estratègia, etc, per continuar amb el progrés tant individual com col·lectiu del grup.

HORARIS SEGONS CATEGORIA
QUOTA 47 €

MENUDETS I MENUTS ESCOLAR



FUTBOL SALA

2 DIES D'ENTRENAMENT + PARTITS EN DIVENDRES O DISSABTE MATÍ.
PER A INFANTS DES DE 3R DE PRIMÀRIA FINS A JUVENIL.

HORARIS SEGONS CATEGORIA
QUOTA 51 €

PREBENJAMÍ A JUVENIL ESCOLAR

El futbol sala és un esport col·lectiu de pilota on treballarem tot tipus de fonaments bàsics, tècnics i tàctics, mitjançant tant el joc com exercicis complementaris, una activitat divertida i en grup que et proporcionarà els principis bàsics d'aquest esport.

Treballem valors com la convivència, la companyonia, l'esforç, el compromís, la lleialtat, el respecte, l'ajuda, el saber guanyar i saber perdre...

L'objectiu d'aquesta activitat és treballar les habilitats bàsiques amb pilota així com la millora de la motricitat dels infants sense oblidar mai que l'aprenentatge és la base en la nostra forma d'ensenyar.

Els infants s'inicien en la competició i, per tant, s'ensenyarà als infants les normes de la mateixa competició, els diferents sistemes de jocs (col·locació a la pista, funcions de cada posició...).

Una vegada assolits els conceptes bàsics i aconseguit el coneixement i adaptació al sistema de competició i tot el que l'envolta, arribem a la fase de perfeccionament de tot el que s'ha après. S'augmenta el grau de complexitat en els exercicis i activitats, i s'introdueixen noves variables dins dels sistemes de jocs explicats, a l'estratègia, etc, per continuar amb el progrés tant individual com col·lectiu del grup.



FUTBOL SALA FEMENÍ

2 DIES D'ENTRENAMENT + PARTITS EN DIVENDRES O DISSABTE MATÍ.
PER A NOIES DES DE 4T DE PRIMÀRIA FINS A 4T ESO.

HORARIS SEGONS CATEGORIA
QUOTA 43 €

ENTRENAMENT A PORTES OBERTES 25-26-27 DE JUNY DE 17 A 19 H A ESCOLA ARRELS - PISTA 1

D'ALEVÍ A CADET
ESCOLAR

El futbol sala femení a les categories aleví, infantil i cadet és molt més que un esport: és una eina de creixement personal, treball en equip i empoderament. En aquestes edats, les jugadores descobreixen la passió per un joc dinàmic, ràpid i tècnic, que afavoreix el desenvolupament de la coordinació, l'agilitat i la presa de decisions.

A través dels entrenaments i la competició, fomentem valors fonamentals com el respecte, la companyonia, la responsabilitat i l'esforç. Cada sessió és una oportunitat per créixer, superar-se i compartir moments únics amb l'equip, en un entorn segur i inclusiu.

Treballem per crear un espai on totes les nenes se sentin escoltades, valorades i motivades per donar el millor de si mateixes, tant dins com fora de la pista. El futbol sala ajuda a guanyar confiança, millorar l'autoestima i potenciar habilitats socials que seran claus en el seu dia a dia.

Amb entrenadors i entrenadores compromesos amb l'educació esportiva i una metodologia adaptada a cada etapa, el nostre objectiu és que cada jugadora visqui una experiència enriquidora, divertida i plena d'aprenentatges.

Vine a formar part d'un equip que juga, riu, aprèn i creix junt!



FUTBOL SALA

2 DIES D'ENTRENAMENT + PARTITS EN DISSABTE O DIUMENGE.
PER A INFANTS I JOVES A PARTIR DE 3R DE PRIMÀRIA FINS A SÈNIORS.

L'evolució natural dels i les esportistes ens deriva a una competició més intensa i més exigent com és la competició federada.

Treballarem per perfeccionar tota mena de fonaments físics, tècnics i tàctics, mitjançant entrenament específics i exercicis complementaris, sense oblidar que és una activitat on gaudir tant de la pràctica esportiva com de la companyia.

OBJECTIUS

- Perfeccionament de la tècnica i la tàctica individual i col·lectiva.
- Ensenyar nous sistemes de jocs tant a nivell ofensiu com defensiu.
- Fomentar el compromís del jugador amb la resta de l'equip; així com la cooperació entre tots els seus membres.
- Millorar la resistència i la velocitat, així com la coordinació motora i visoespacial.
- Fomentar el respecte entre els companys, adversaris i sobretot a l'àrbitre.

Treballem valors com la convivència, la companyonia, l'esforç, el compromís, la lleialtat, el respecte, l'ajuda, el saber guanyar i saber perdre...

HORARIS SEGONS CATEGORIA

QUOTA 54 €

FITXA I MUTUALITAT A CÀRREC DEL JUGADOR/A

BENJAMÍ A SÈNIOR FEDERAT



VOLEIBOL

2 DIES D'ENTRENAMENT + PARTIT DIVENDRES TARDA O DISSABTE MATÍ

El voleibol és un esport d'equip en què tots els integrants són igual d'importants i necessaris i on, gràcies a la rotació dels membres de l'equip, s'aconsegueix que la cohesió esdevingui un valor clau del joc. A més, es tracta d'un esport que permet crear equips mixts.

OBJECTIUS

- Desenvolupar les habilitats psicomotrius bàsiques, la resistència, la potència, la coordinació i la força, per fer front a serveis, recepcions, atacs, passades i defenses.
- Fomentar l'esperit d'equip, l'autocrítica i l'afany de superació, ja que implica una actitud d'autoanàlisi per aprendre dels errors i gaudir dels èxits en grup.
- Adquirir actituds de respecte i responsabilitat cap a les normes, cap als companys i companyes i cap al contrari. L'estratègia del joc implica a tots els jugadors que han de complir el seu paper per assolir l'objectiu comú.
- Educar en l'esport com a alternativa sana d'oci, que allibera la ment i treballa el cos, a més de suposar una oportunitat per conèixer a altres nens i nenes per fer noves amistats.
- Treballar valors com la convivència, la companyonia, l'esforç, el compromís, la lleialtat, diversió, el respecte, l'ajuda...

GRUPS 3R-4T I 5È-6È I ESO
HORARIS SEGONS CATEGORIA
QUOTA 43 €

PREBENJAMÍ A JUVENIL ESCOLAR



PATINATGE ARTÍSTIC

2 DIES D'ENTRENAMENT + COMPETICIONS/EXHIBICIONS

El patinatge artístic és molt més que un esport: és una disciplina que combina tècnica, expressivitat i creativitat. Uneix la força, l'elasticitat, el control corporal, la precisió, la velocitat i la seguretat tècnica amb la bellesa de la música, la dansa i el vestuari. La rutina coreogràfica esdevé una forma d'expressió artística, on els moviments es fonen amb el ritme, el caràcter i l'emoció de la música.

Aquest esport afavoreix el desenvolupament de l'equilibri, la coordinació, la flexibilitat i l'harmonia corporal a través d'exercicis físics i tècnics.

A Preiniciació, l'objectiu és que els infants adquireixin les habilitats bàsiques: desplaçar-se amb seguretat sobre els patins, fer canvis de direcció i iniciar-se en figures elementals. Les sessions tenen una durada d'una hora.

En els següents nivells, les sessions s'amplien 30 minuts per incorporar escalfament i treball de flexibilitat, amb un enfocament tècnic més complet: marxa endavant i enrere, girs, frens, salts, piruetes i més.

HORARIS SEGONS NIVELL
QUOTA PREINICIACIÓ 45 €
QUOTA RESTA NIVELLS 51 €

A PARTIR D'14
ESCOLAR



PATINATGE ARTÍSTIC

TRIOS I QUARTETS

1 DIA D'ENTRENAMENT + COMPETICIONS/EXHIBICIONS

Com una evolució natural d'aquest esport, neix la creació de grups ja sigui en forma de trios, quartets o grups de xou, on les coreografies i posada en escena adquireixen una importància cabdal.

Per a les patinadores que hagin assolit el nivell exigit, es crea l'opció d'un tercer entrenament setmanal on crear, desenvolupar i evolucionar les coreografies que duren a competicions en el tram final de temporada.

És una activitat creativa i alhora exigent amb les patinadores, ja que, a la dificultat de les figures, han d'afegir la dificultat dels moviments coordinats i harmònics, fent vital la capacitat de treball en equip.

En els programes es valora, en primer lloc, el contingut, reflectint la dificultat i el disseny del programa i la tècnica del grup, i, en segon lloc, la presentació, per l'expressivitat, la interpretació i l'ús del vestuari i maquillatge per a reflectir el tema de la música.

Les entrenadores seleccionaran les patinadores que poden optar a aquesta activitat.

DIJOUS DE 20 A 21 H
QUOTA 15 €

A PARTIR DE L'ESO
ESCOLAR



GIMNÀSTICA RÍTMICA

2 DIES D'ENTRENAMENT + COMPETICIONS/EXHIBICIONS.

La gimnàstica rítmica és una activitat adreçada a infants que senten passió per l'esport i volen desenvolupar les seves capacitats físiques i artístiques.

A través del moviment, la música i els aparells propis de la disciplina, es treballa la coordinació, la flexibilitat, la concentració i l'expressió corporal.

Aquest curs, l'activitat es dividirà en tres grups: **nivell d'iniciació**, per als infants que comencen; **nivell avançat**, per a qui ja té experiència; i un grup de **tecnificació**, adreçat als infants amb aptituds destacades i una especial motivació per aprofundir en la pràctica de la gimnàstica rítmica.

Els nostres objectius són:

- Utilitzar l'esport com a eina educativa, promovent valors com el respecte, l'esforç i la companyonia.
- Fomentar la confiança, la seguretat i l'autoestima dels infants.
- Desenvolupar l'equilibri, la concentració i el treball en equip.
- Aconseguir la millor evolució tècnica de cada gimnasta, tot gaudint del procés d'aprenentatge.

Per motivar i estimular la progressió, participarem en trobades i competicions escolars durant el curs.

DIMARTS I DIJOUS DE 17 A 18:10 H (INICIACIÓ)
DIMARTS I DIJOUS DE 18:10 A 19:15 H (AVANÇAT)
QUOTA 43 €
TECNIFICACIÓ 15 €

A PARTIR D'15
ESCOLAR



HORARI FUTBOL SALA CEEB

ANYS NAIXEMENT	CATEGORIA	FUTBOL SALA CEEB	QUOTA
2019-2021	MENUDETS	l4, l5 i 1r Dll de 17:00 a 18:10 h i dx de 17:00 a 18:10 h	45 €
2018	MENUTS	Dm de 17:15 a 18:15 h i dj de 17:00 a 18:10 h	45 €
2017	PREBENJAMÍ	Dm de 17:00 a 18:30 h i dj de 17:00 a 18:30 h	51 €
2016	BENJAMÍ	Dll de 17:00 a 18:05 h i dx de 18:10 a 19:05 h	51 €
2015	PREALEVÍ	Dll de 18:10 a 19:05 h i dx de 17:00 a 18:15 h	51 €
2014	ALEVÍ	Dx de 18:15 a 19:15 h i dj de 18:10 a 19:05 h	51 €
2012-2016	Femeni ALEVÍ - INFANTIL	Dm de 19:05 a 20:00 i dj de 19:05 a 20:00 h	43 €
2014	ALEVÍ C	Dll de 18:15 a 19:15 h i dx de 19:05 a 20:00 h	51 €
2012-2013	INFANTIL	Dll de 18:45 a 19:45 h i dx de 20:00 a 21:00	51 €
2010-2011	CADET	Dm de 19:30 a 20:30 h i dj de 20:00 a 21:00	51 €
2007-2009	JUVENIL	Dm i dj de 20:45 a 21:45 h	51 €

Abans de començar s'informarà
de l'ubicació dels entrenaments

ACTIVITATS HOMOLOGADES PER
L'AJUNTAMENT DE BARCELONA
per infants de 6 a 17 anys

Ajuntament de
Barcelona



HORARI FUTBOL SALA FEDERAT

ANY NAIXEMENT	CATEGORIA	HORARI	QUOTA MENSUAL
2016-2017	BENJAMÍ A	Dm de 18:30 a 19:30 h i dj de 17:00 a 18:15 h	54 €
2014-2015	ALEVÍ A	DII de 19:05 a 20h i dx de 18:45 a 19:45 h	54 €
2012-2013	INFANTIL A	DII de 19:15 a 20:15 h i dx de 20 a 21 h	54 €
2012-2013	INFANTIL B	DII de 18:45 a 19:45 h i dx de 20:00 a 21:00	54 €
2010-2011	CADET A	DII de 20 a 21 h i dx de 19:15 a 20:15 h	54 €
2010-2011	CADET B	Dm de 20 a 21 h i dj de 19:05 a 20 h	54 €
2007-2009	JUVENIL A	Dm i dj de 19:30 a 21 h	54 €
2007-2009	JUVENIL B	Dm de 20:45 a 22 h i dj de 21 a 22 h	54 €
2006-....	SÈNIOR A	Dm i dj de 20:30 a 22 h	54 €
2006-....	SÈNIOR B	Dm i dj de 19:30 a 21 h	54 €
2006-....	SÈNIOR C	DII i dx de 21 a 22 h	54 €

Abans de començar s'informarà
de l'ubicació dels entrenaments

ACTIVITATS HOMOLOGADES PER
L'AJUNTAMENT DE BARCELONA
per infants de 6 a 17 anys

Ajuntament de
Barcelona



HORARI PATINATGE ARTÍSTIC

GRUP-NIVELL	HORARI	QUOTA MENSUAL
PREINICIACIÓ - GRUP 1	Dll i dx de 17 a 18:10 h	45 €
INICIACIÓ - GRUP 2	Dll i dx de 17 a 18:40 h	45 €
INTERMIG 1 - GRUP 3	Dm de 17:30 a 19:05 h i dv de 17 a 18:40 h	51 €
INTERMIG 2 - GRUP 4	Dm de 17:30 a 19:05 h i dv de 17 a 18:40 h	51 €
INTERMIG 3 - GRUP 5	Dll de 17:30 a 19:05 h i dx de 17:30 a 19:05 h	51 €
AVANÇAT 1 - GRUP 6	Dll de 18:30 a 20 h i dv de 17:30 a 19:05 h	51 €
AVANÇAT 2 - GRUP 7	Dx de 18:20 a 20 h i dv de 18:20 a 20 h	51 €
PERFECCIONAMENT - GRUP 8	Dll de 19:20 a 21 h i dv de 19:20 a 21h	51 €
TRIOS - QUARTETS ESO	Dj de 20 a 21 h	15 €

Abans de començar s'informarà de l'ubicació dels entrenaments

ACTIVITATS HOMOLOGADES PER
L'AJUNTAMENT DE BARCELONA
per infants de 6 a 17 anys

Ajuntament de
Barcelona



HORARI GIMNÀSTICA RÍTMICA

NIVELL	HORARI	QUOTA
Iniciació	Dm i dj de 17 a 18:10 h	43 €
Avançat	Dm i dj de 18:10 a 19:15 h	43 €
Tecnificació	Dj de 19:15 a 20:15 h	15 €

ACTIVITATS HOMOLOGADES PER L'AJUNTAMENT DE BARCELONA
per infants de 6 a 17 anys

Abans de començar s'informarà
de l'ubicació dels entrenaments

Ajuntament de
Barcelona



HORARI VÒLEI CEEB

ANYS NAIXEMENT	CATEGORIA	VOLEIBOL	QUOTA
2017	PREBENJAMÍ	Dll i dx de 17:35 a 18:35 h	43 €
2016	BENJAMÍ	Dll i dx de 17:35 a 18:35 h	43 €
2015	PREALEVÍ	Dm i dj de 17:35 a 18:35 h	43 €
2014	ALEVÍ	Dm i dj de 17:35 a 18:35 h	43 €
2012-2013	INFANTIL A	Dll i dx de 18:40 a 19:40 hores	43 €
2012-2013	INFANTIL B	Dm i dj de 18:40 a 19:40 hores	43 €
2010-2011	CADET	Dm i dj de 19:40 a 20:40 h	43 €
2007-2009	JUVENIL	Dll i dx de 19:40 a 20:40 h	43 €

ACTIVITATS HOMOLOGADES PER
L'AJUNTAMENT DE BARCELONA
per infants de 6 a 17 anys

Ajuntament de
Barcelona



BEQUES AJUNTAMENT

REQUISITS OBLIGATORIS

- Edat: de 6 a 17 anys
- Estar empadronat a Barcelona
- Estar inscrit a alguna activitat, sigui cultural o esportiva. Es pot demanar, per a cada infant, un ajut per a activitats esportives i un ajut per a activitats culturals, artístiques, científiques i tecnològiques.
- Unitats familiars que tinguin uns ingressos iguals o inferiors a 10.000 euros per a cada membre de la unitat familiar.
- Sol·licitud telemàtica a www.plaesportescolarbcn.cat/ca/subvencions (activitats esportives)
- Haureu de sol·licitar el codi de l'activitat a través de correu electrònic o telèfon a l'AE FS Arrels

CALENDARI SOL·LICITUD (pendent de publicació de la convocatòria 2025-26)

- Sol·licitud de beques: **del 15 de setembre al 5 d'octubre** (dates aproximades)
- Presentació d'esmenes: fins el 3 de novembre (dates aproximades)
- Data de comunicació de la resolució i publicació: 15 de novembre (dates aproximades)
- Període de presentació de reclamacions: del 15 de novembre al 3 de desembre (dates aproximades)

COBRAMENTS INFANTS BECATS

Els infants que demanin beca a l'Ajuntament per activitats esportives o culturals de 6 a 17 anys, **han d'abonar els mesos de setembre i octubre sencers**. Una vegada es facin públiques les llistes definitives, es recalcularà l'import i, si s'escau, es retornaran els diners cobrats de més en finalitzar la temporada i una vegada validades les firmes a l'IBE o a Tardes Educatives.

Per aquells infants amb necessitats educatives especials que requereixin un acompanyament i suport específic en les activitats esportives, si us plau, contacteu amb nosaltres al següent correu electrònic aefs.arrels@gmail.com

NORMATIVA GENERAL DE LES ACTIVITATS ESPORTIVES

INSCRIPCIONS

- **Com fer la inscripció:** Totes les inscripcions es fan exclusivament per internet, a través del formulari que trobareu a l'inici d'aquest dossier o a la web de l'AE FS Arrels.
- **Nombre de participants:** Cada grup tindrà un mínim de 10 i un màxim de 14 participants. Si se supera el màxim, s'obrirà llista d'espera. Es podrien crear nous grups, si hi ha espai disponible.
- **Prioritat d'inscripció:** Tindran preferència els infants que han participat fins al final de la temporada anterior i que renovin la plaça dins el termini establert.
- **Durada i compromís:** La inscripció és per tota la temporada. No s'accepten inscripcions parcials (per trimestres o mesos).
- **Baixes:** Només es poden fer baixes de manera excepcional. Cal comunicar-ho per correu a aefs.arrels@gmail.com, **abans del dia 20 del mes anterior** a deixar l'activitat. Si no s'avisa a temps, es continuarà passant el rebut.
 - A futbol sala federat, per aconseguir la desvinculació del club, hauran d'abonar la resta de la temporada.
 - A patinatge i gimnàstica, una vegada inscrits a les competicions del CEEB, si finalment l'esportista no participa, la sanció econòmica del CEEB, anirà a càrrec de la família.
- **Altes:** Es poden fer en qualsevol moment, sempre que hi hagi places disponibles.
- **Cancel·lació d'activitats, si:**
 - No s'arriba al mínim d'inscrits.
 - Hi ha problemes organitzatius o de disponibilitat d'espais. En ambdós casos, s'oferiran alternatives a les famílies.
- **Acceptació de la normativa:**
 - La inscripció implica l'acceptació d'aquestes normes.
 - L'incompliment, inclosa la falta de pagament, pot comportar la baixa immediata de l'infant o jove.
- **Rebut pendent:** Les famílies amb pagaments pendents **no podran inscriure l'infant en cap activitat fins que regularitzin la situació.**

NORMATIVA GENERAL DE LES ACTIVITATS ESPORTIVES

COBRAMENTS

- El cost total de la temporada es reparteix en 10 quotes, per facilitar el pagament.
- Les quotes es cobraran mensualment per domiciliació bancària entre els dies 5 i 7 de cada mes.
- No s'accepten altres formes de pagament, excepte en casos justificats.
- Les famílies es comprometen a abonar totes les mensualitats, excepte en cas de baixa definitiva.
- Els rebuts retornats s'hauran de pagar en un termini de 15 dies, afegint-hi les despeses de devolució (6€).
- En cas de no pagar dins del termini, l'infant quedarà donat de baixa fins a regularitzar la situació

INICI I FINAL D'ACTIVITATS, FESTES

- Els entrenaments comencen el 9 de setembre de 2025 i acaben el 19 de juny de 2026.
- Només es faran en dies lectius, seguint el calendari escolar oficial.
- No hi haurà entrenaments durant vacances o festes escolars.
- En cas de pluja, l'activitat NO s'anul·la.

TRACTE I CONVIVÈNCIA

- Els infants han de seguir sempre les indicacions dels entrenadors/es amb respecte mutu.
- Cal ser puntual a l'hora de recollir-los. El retard es considera una falta de respecte.

ALTRES NORMES IMPORTANTS

- No es permet públic durant els entrenaments (famílies ni infants no actius).

Per parlar amb l'entrenador/a:

- Cal demanar cita prèvia.
- Sempre fora de l'horari d'activitat.

Queixes o suggeriments:

- S'han de fer per escrit a aefs.arrels@gmail.com (mai directament a l'entrenador/a).

NORMATIVA GENERAL DE LES ACTIVITATS ESPORTIVES

EQUIPACIONS OBLIGATÒRIES DE LES DIFERENTS ACTIVITATS ESPORTIVES:

Tots els i les esportistes de l'entitat han d'assistir als entrenaments i competicions amb l'equipació oficial del club.

- **En futbol sala escolar, l'equipació obligatòria inclou:**
 - Equipació de joc: samarreta groga i blava, pantaló i mitgetes.
 - Equipació d'entrenament: samarreta coral, pantaló curt i llarg, i dessuadora.
 - Opcional: anorac.
- **En futbol sala federat, l'equipació obligatòria inclou:**
 - Equipació de joc: samarreta groga i blava, pantaló i mitgetes.
 - Equipació d'entrenament: samarreta coral, pantaló curt i llarg, i dessuadora.
 - Equipació de passeig: polo i motxilla.
 - Opcional: anorac.
- **En voleibol, l'equipació obligatòria inclou:**
 - Equipació de joc: samarreta groga, pantaló i mitjons.
 - Equipació d'entrenament: samarreta coral, pantaló llarg i dessuadora.
- **En patinatge artístic, l'equipació obligatòria és:**
 - Equipació d'entrenament: samarreta coral, i malles o roba elàstiques i ajustades, cabells recollits, i cap element que pugui produir un accident.
 - Equipació competicions: mallot oficial, jaqueta negra oficial, cabells recollits amb cinta groga i mitges beige.
 - Equipació festivals: a decidir cada temporada en funció de la temàtica triada.
- **En gimnàstica rítmica, l'equipació obligatòria és:**
 - Equipació d'entrenament: samarreta coral i roba còmoda i elàstica que faciliti la llibertat de moviments i punteres.
 - Equipació de competició: mallot oficial, malles negres, cabells recollits (monyo) i punteres.

Gràcies per
confiar en
nosaltres