

1. PROJECTE ESPORTIU

CAMPUS LLUÍS CARRERAS 2020

PARTICIPANTS I OBJECTIUS

El Campus està dirigit a nens i nenes de 5 a 15 anys (de Prebenjamins fins a Cadets), independentment del nivell futbolístic que tinguin. Les places són limitades.

- Millora i perfeccionament de les capacitats tècniques i tàctiques individuals de cada jugador.
- Aplicació d'aquests aprenentatges al joc col·lectiu.
- Introducció al Futbol Platja, treballant les seves peculiaritats tècniques i de joc.
- Convivència amb companys de diferents edats en un ambient agradable.
- Foment del valors propis de l'esport com el respecte, la disciplina i l'esforç.

METODOLOGIA

- Metodologia d'entrenament global i personalitzada, potenciant la millora de les capacitats tècniques i tàctiques pròpies del futbol, dissenyada pels coordinadors Joan Brusca i Marc Carreras i validada per Lluís Carreras ex-jugador de Primera Divisió i entrenador professional, que ha entrenat equips com el Sagan Tosu FC, Nàstic de Tarragona, Real Zaragoza, R. Mallorca, Alavés "B" i C.E. Sabadell C.F.
- Treball **en grups reduïts**, repartits per edats i per nivells en funció dels aspectes concrets que es vulguin treballar en cada sessió.
- Èmfasi especial en potenciar la presa de decisions i el peu no hàbil.
- Flexibilitat de les sessions en funció a les necessitats tècniques observades per a cada nen.
- Entrenaments específics per a porters/es.

QUÈ INCLOU LA INSCRIPCIÓ AL CAMPUS?

- **PACK DE ROBA:** 2 Samarretes C. Lluís Carreras, 1 pantaló C. Lluís Carreras, 2 mitjons blancs d'esport, 1 Bossa C. Lluís Carreras, 1 mascareta de roba del Campus.
 - Assegurança d'accident, crema protectora solar.
- *IMPORTANT:** Cada nen/a haurà de portar l'esmorzar de casa, cal evitar la brioixeria, recomanem portar entrepans. També haurà de portar el bidó omplert d'aigua o similar.

REQUISITS PER PARTICIPAR A LES ACTIVITATS

D'obligatori compliment i molt importants: Els/les participants a les activitats, igual que tots els entrenadors, han de complir alguns requisits per a preservar la salut personal i dels demés participants.

- Absència de simptomatologia compatible amb la COVID-19 (febre, tos, dificultat respiratòria, malestar, diarrea...) o amb qualsevol altre quadre infecció.
- No convivents o contacte estret amb positiu confirmat o simptomatologia compatible en els 14 dies anteriors.
- En infants o adolescents amb malalties greus de base caldrà valorar de manera individual la idoneïtat de participar en determinats tipus d'activitats, donat que són població de major risc enfront a la COVID-19.
- Calendari vacunal actualitzat (exceptuant vacunacions posposades pel període de confinament).
- Qualsevol altre que indiquin les autoritats sanitàries.

MESURES DE PREVENCIÓ

- Neteja i desinfecció de la instal·lació. Es portarà a terme la neteja i la desinfecció de la graderia i dels lavabos cada dia. Els vestuaris restaran tancats i no s'utilitzaran en cap moment del dia per preservar aquestes zones de risc de l'exposició dels nens i nenes.
- Tots els participants hauran de portar el seu bidó/cantimplora d'aigua o ampolla de casa i només podran fer-ne un ús personal, en cap cas compartir-ho amb els demés. També hauran de portar el seu esmorzar individual.
- Aquest any com a mesura preventiva, no es donarà cap tipus d'aliment (fruita) als participants. Tampoc serà permès portar pastissos o coques d'aniversari.
- Totes les activitats del Campus Lluís Carreras es realitzaran a l'aire lliure, ja sigui al camp de futbol o a la platja.
- Els grups seran reduïts de com a màxim 10 participants per grup.
- Hi haurà gel hidroalcohòlic i sabó als lavabos perquè en qualsevol moment tant els nens/es com els monitors en puguin fer ús, especialment abans dels àpats. Als lavabos hi haurà cartells amb les recomanacions de les tècniques de rentat de mans, recomanades per l'OMS.
- A primera hora del matí es prendrà la temperatura a tots els nens/es i monitors utilitzant un termòmetre digital, si es detecta algun nen amb febre s'informarà ràpidament als pares/tutors, no podent participar de cap activitat ja que l'hauran de venir a recollir.
- Qualsevol altre que indiquin les autoritats sanitàries.

HORARI CAMPUS:

MATINS (de 9:00 a 13:30)

Hora	Activitat	Comentaris
9:00 a 9:15	Recepció i preparació del material	Es prega màxima puntualitat pel correcte desenvolupament de les sessions
9:15 a 11:00	Sessió 1	Treball específic tècnic- tàctic individual i col·lectiu
11:00 a 11:30	Esmorzar	Moment de descans i esmorzar
11:30 a 13:00	Sessió 2	Treball integrat d'aplicació al joc real
13:00 a 13:15	Estiraments i exercicis de tornada a la calma	Exercicis de tonada a la calma
13:15 a 13:30	RECOLLIDA	Els nens/es esperant a la recollida a la coberta del camp de futbol, en un espai obert.

Serveis complementaris (optatiu):

Organitzat per At.C. Sant Pol (de 13:30 a 16:00h)

Hora	Activitat	Comentaris
13:30 a 16:00	Dinar i monitoratge d'acollida	Dinar al camp de futbol i monitoratge amb jocs de lleure fins la recollida.

2. PREUS

CAMPUS LLUÍS CARRERAS 2020

El Campus ofereix varies opcions d'inscripció per tal que escolliu la que més s'adapti a les vostres necessitats. Us podeu apuntar **d'1 a 7 setmanes; en horari de matins (de 9:00 a 13:30 hores)**.

- PREUS:

SETMANES	1	2	3	4	5	6	7
PREU SOCIS	100€	190€	270€	340€	400€	450€	500€
PREU NO SOCIS	125€	240€	330€	420€	500€	550€	600€

Setmana nº 1: del 29 juny al 3 de Juliol

Setmana nº 2: del 6 al 10 de Juliol

Setmana nº 3: del 13 al 17 de Juliol

Setmana nº 4: del 20 al 24 de Juliol

Setmana nº 5: del 27 al 31 de Juliol

Setmana nº 6: del 3 Agost al 7 d'Agost

Setmana nº 7: del 10 al 14 d'Agost

* Els socis de l'AT.C. Sant Pol tenen un **preu especial**. (Podeu fer-vos socis per **50€/temporada**)

* Hi ha un descompte del 20% a partir del 2n germà que s'apuntin al Campus (descompte aplicat a un dels germans).

Recordar que degut a l'excepcionalitat del moment i al treball en grups reduïts, les places al Campus són LIMITADES

Serveis complementaris (Optatius):

Servei de dinars i acollida recreativa fins les 16:00h.

SERVEI DE DINAR I ACOLLIDA FINS 16:00H	PREU
CONCERTAT AMB LA INSCRIPCIÓ	8€ / per dia
UN COP COMENCI L'ACTIVITAT	10€ / per dia

A banda de les **normes específiques de seguretat alimentària** es parlarà especial atenció en el moment dels àpats. El menjar se servirà sempre en plats individuals i no podrà ser compartit entre els infants i joves. S'evitaran les safates i les cistelles pel pa al centre de les taules. Per a l'aigua, es donaran ampolles individuals d'aigua embotellada servits pels monitors. A més es vetllarà per què hi hagi una cadira de separació entre cada un dels nens/es.

3. ORGANITZACIÓ I MATERIAL

CAMPUS LLUÍS CARRERAS 2020

QUÈ HAUREU DE PORTAR CADA DIA?

DIA DE FUTBOL	DIA DE FUTBOL PLATJA
Roba completa del Campus	Samarreta del Campus
Botes de futbol	Banyador, sandàlies i tovallola
Caldrà venir vestits de casa	

*En cas de pluja el dia de futbol platja, recomanem portar tant el material de futbol com el de futbol platja

INSTAL·LACIONS I ESPAIS DEL CAMPUS:

FUTBOL	Camp Municipal Sot del Bagueny
FUTBOL PLATJA	Platja de Can Villar
MENJADOR (SERVEI OPTATIU)	Terrassa i bar del camp de futbol

MATERIAL D'ENTRENAMENT

Comptarem amb material d'entrenament de qualitat:

- Porteries grans, petites i mitjanes.
- Pilotes de futbol 11, futbol 7 i futbol platja.
- Accessoris d'entrenament (petos, cons, cordes, cercles, etc.)

MOLT IMPORTANT:

EN CAS DE NO PODER-SE PORTAR A TERME L'ACTIVITAT PER CAUSA DE FORÇA MAJOR:

- SI NO HA COMENÇAT L'ACTIVITAT:

ES RETORNARÀ EL 100% DE L'IMPORT ABONAT

- SI HA COMENÇAT L'ACTIVITAT, A PARTIR DEL 29 DE JUNY 2020:

ES RETORNARÀ EL 90% DE L'IMPORT ABONAT DELS DIES CORRESPONENTS A LA NO REALITZACIÓ DE L'ACTIVITAT. (JA QUE S'HAURÀ REALITZAT DESPESES ORGANITZATIVES, MATERIALS I D'ASSEGURANCES QUE NO PODRAN SER RETORNABLES).

4. EL NOSTRE EQUIP

DIRECCIÓ: LLUÍS CARRERAS FERRER

- ✓ Entrenador professional
- ✓ Entrenador Nacional Nivell III
- ✓ Actualment analista de futbol a Gol TV
- ✓ Títol de Direcció Esportiva i UEFA PRO Licence
- ✓ Ex-entrenador de: Sagan Tosu FC, Dep. Alavés "B", C.E. Sabadell, R.C.D. Mallorca, R. Zaragoza i Nàstic de Tarragona.
- ✓ Ex jugador professional del F.C. Barcelona, Real Oviedo, Racing Santander, Real Mallorca, Atlètic de Madrid, Real Murcia i Deportivo Alavés.

COORDINACIÓ:

JOAN BRUSCA

- ✓ Mestre d'Educació Primària. Especialització Educació Física.
- ✓ Tècnic Superior especialitzat en futbol. Entrenador Nivell III
- ✓ Coordinador per la FCF
- ✓ Màster Activitat Física i Educació UB
- ✓ Actual Coordinador del AT.C. Sant Pol
- ✓ Ex-Professor del Centre Nacional de Formació d'Entrenadors (CENAFE)

MARC CARRERAS

- ✓ Graduat en Business Marketing a Winthrop University.
- ✓ Ex-entrenador FCB escola Charlotte i entrenador de Campus esportius.
- ✓ Actual jugador At.C. Sant Pol
- ✓ Ex jugador de: D.Alavés, FP. Calella, UE. Vilassar, EF. Mataró i divisió 1 Universitària a EEUU.

ENTRENADOR: JAN CARRERAS

- ✓ Actualment jugador de l'At.C. Sant Pol
- ✓ Ex entrenador de futbol base del Sant Pol, experiència en campus esportius.
- ✓ Ex jugador de la UE. Vilassar Mar i de Willian Carey University

ENTRENADOR: ORIOL MESTRES

- ✓ Estudiant de Ciències Polítiques i de l'Administració.
- ✓ Entrenador de porters Sant Pol At.
- ✓ Experiència entrenador a USA
- ✓ Actual porter del Sant Pol .
- ✓ Experiència d'entrenador específic a Tuttifutbol, a altres campus esportius i entitats esportives.

ENTRENADOR: MARC POMÉS

- ✓ Entrenador del Sant Pol At.
- ✓ Amplia experiència en la direcció d'equips de totes les edats.
- ✓ Graduat en ADE
- ✓ Col·laborador en empreses d'organització de competicions esportives.

ENTRENADOR: JORDI SAULEDA

- ✓ Actual porter del Sant Pol at.
- ✓ Ex porter del Badalona CF i de la UE Vilassar.
- ✓ Entrenador de porters dels Sant Pol At.
- ✓ Experiència en Campus de tecnificació.

ENTRENADOR: POL HERNÁNDEZ

- ✓ Estudiant Prevenció i Seguretat UAB
- ✓ Ex jugador del Sant Pol i la F.P. Calella
- ✓ Ex entrenador de futbol base del Sant Pol
- ✓ Experiència com a entrenador en Campus de futbol

Nota: El nombre d'entrenadors s'adaptarà en funció al nombre de participants, ampliant-lo si escau.

US ESPEREM A TOTS AL CAMPUS LLUÍS CARRERAS 2020!

CAMPUS LLUÍS CARRERAS 2020

Organització **AT.C. SANT POL**
 Telèfon **93 760 33 77 / 66 228 38 52**
 Mail lluiscarrerascampus@gmail.com
 Web www.lluiscarrerascampus.com
 Facebook www.facebook.cat/campuslluiscarrereras
 Twitter **@CampusCarreras**
 Instagram **@lluiscarrerascampus**

