



SALTS

CURSES

RELLEUS

LLANÇAMENTS

	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
5.00 h		G2		G2	
5.30 h		17.00-18.30h ESCOLA ATLETISME FEDERATS COMPETICIÓ 2015-2014-2013		17.00-18.30h ESCOLA ATLETISME FEDERATS COMPETICIÓ 2015-2014-2013	
6.00 h	G1		G1		
6.30 h	18.00-19.00h INICIACIÓ 2018-2017-2016-2015	G3	18.00-19.00h INICIACIÓ 2018-2017-2016	G3	
7.00 h		18.30-19-30 ESCOLA ATLETISME 2014-2013-2012-2011		18.30-19-30 ESCOLA ATLETISME 2014-2013-2012-2011	
7.30 h	G4	G4	G4	G4	G4
8.00 h	19.00 - 21.00h EQUIP COMPETICIÓ 2012.....2007	19.30-21.00h EQUIP COMPETICIÓ 2012-2007	19.00 - 21.00h EQUIP COMPETICIÓ 2012.....2007	19.30-21.00h EQUIP COMPETICIÓ 2012-2007	19.00 - 21.00h EQUIP COMPETICIÓ 2012.....2007
8.30h					
9.00h					



atletismepuigcerda@hotmail.com

Tel. informació 683 605 732

656 287 341

Informació: Club Poliesportiu Puigcerdà de dilluns a divendres de 19h a 20.00h Demanar per EVA

**Gaudeix i DIVERTEIX-TE
AMB L'ATLETISME**

G+D=A

**OBERTA LA INSCRIPCIÓ
SETEMBRE I OCTUBRE DE 2024**

Es un programa MULTIMÈDIA



ESCOLA D'ATLETISME

2024-2025



JUGANT A L'ATLETISME I ATLETISME DE BASE 2024-2025

Programa d'iniciació escolar de 6 a 12 anys. Córrer, llançar i saltar són accions bàsiques en l'aprenentatge motor dels infants. El programa promou un canvi en el concepte d'entrenament i la competició en els nens per renovar la pràctica de l'atletisme, realitzar-la d'una forma més lúdica i natural complementant i millorant l'educació física dels nens. El programa d'iniciació a l'atletisme està dirigit per especialistes amb bones capacitats pedagògiques i àmplia experiència en aquest grup d'edat. **CIRCUIT DE TROBADES DEL CONSELL ESPORTIU DE LA Cerdanya / CIRCUIT DE LLIGA TERRITORIAL DELS CONSELLS ESPORTIUS DE GIRONA / CIRCUIT DE PROMOCIÓ DE LA FEDERACIÓ CATALANA D'ATLETISME (PISTA COBERTA I AIRE LLIURE)**

Programa de promoció federat a partir dels 10 anys. Per als més aficionats i interessats hi han els grups de competició per participar en diverses proves del **CIRCUIT DE PROMOCIÓ DE LA FEDERACIÓ CATALANA D'ATLETISME (PISTA COBERTA I AIRE LLIURE)**. Aquestes esportistes segueixen un programa més intens i específic per desenvolupar les habilitats tècniques necessàries per a la competició.

ESCOLA D'INICIACIÓ

Paral·lel al calendari escolar
TEMPORADA 2024-2025

NASCUTS/DES: 2018-2017-2016-2015

INICI: 16 DE SETEMBRE DE 2024

TERMINI: 20 DE JUNY DE 2025

DIES: Dilluns i dimecres

HORARI: de 18.00 h a 19.00 h

LLOC: Poliesportiu de Puigcerdà

Obligatori llicència escolar (8,50€)

Opcional llicència federativa de promoció

ESCOLA D'ATLETISME

Paral·lel al calendari escolar
TEMPORADA 2024-2025

NASCUTS/DES: 2014-2013-2012-2011

INICI: 17 DE SETEMBRE DE 2024

TERMINI: 20 DE JUNY DE 2025

DIES: Dimarts i dijous

HORARI: de 18.30 h a 19.30 h

LLOC: Poliesportiu de Puigcerdà

Obligatori llicència escolar (8,50€) i

Opcional llicència federativa de promoció

EQUIP DE COMPETICIÓ I

GRUP PERFECCIONAMENT
TEMPORADA 2024-2025

NASCUTS/DES: 2015-2014-2013

INICI: 17 DE SETEMBRE DE 2024

TERMINI: 20 DE JUNY DE 2025

DIES: Dimarts i dijous

HORARI: de 17.00 h a 18.30 h

LLOC: Poliesportiu de Puigcerdà

Obligatori llicència escolar (8,50) i

llicència federativa de promoció

EQUIP DE COMPETICIÓ II

GRUP TECNIFICACIÓ
TEMPORADA 2024-2025

NASCUTS/DES: DE 2012 AL 2007

INICI: 2 DE SETEMBRE DE 2024

TERMINI: 25 DE JULIOL DE 2025

DIES I HORARIS:

Dilluns, dimecres i divendres
de 19.00 h a 20.30 h

Dimarts i Dijous

De 19,30 h a 21.00 h

LLOC: Poliesportiu de Puigcerdà

Obligatori llicència escolar (8,50) i

llicència federativa de promoció

És obligatori ser soci del CLUB POLIESPORTIU PUIGCERDÀ



QUOTES D'ENTRENAMENT

Inscripció individual anual	20 €
Inscripció familiar anual	30 €
1 dia entrenament/setmana	
Quota individual	28 €
GRUP1/2/3	
Quota individual	40 €
Quota familiar (2 germans)	62 €
GRUP4/ Només Quota individual	
2 o 3 dies entrenament /setmana	46 €
4 dies entrenament /setmana	56 €
5 dies entrenament /setmana	66 €

Entrenadors i professors titulats segons la LLEI 3/2008, de 23 d'abril
Tècnics esportius / Llicenciats CAFE / Màster ALT RENDIMENT