

# X CAMPIONAT DE CATALUNYA D'ESQUÍ

**SPECIAL OLYMPICS - ACELL**



**14 i 15 de març del 2020**

**Pistes d'Esquí de "La Molina"  
Cerdanya**

Organitza:



Amb el suport de:



Amb la col·laboració de:



**Special  
Olympics**  
Catalunya



Obra Social "la Caixa"



Diputació de Girona



INTERCERDANYA





FEDERACIÓ CATALANA  
D'ESPORTS PER A PERSONES  
AMB DISCAPACITAT INTEL·LECTUAL



## PROGRAMA PREVIST

### PROGRAMA PREVIST (sotmès a canvis)

#### Dissabte

07:00h. Sortida de Barcelona cap a la Molina

**"A la Molina: Dinar i forfet dissabte pel vostre compte"**

17:00 h. anada a l'hotel (Park hotel Puigcerdà)

20:00 h. sopar

21:30 h. festa esportistes

#### Diumenge

08:30 h. Sortida cap a Pistes (La Molina)

09:30 h. Entrenaments Lliures

11:00 h. **Inici de la competició d'esquí alpí**

*La competició es podrà veure a peu de pista.*

11:30 h. **Inici de la competició de Raquetes**

13:30 h. **Lliurament de premis**

14:30 h. Dinar (Restaurant self de La Molina)

**Recordeu d'informe en el moment de la inscripció de les al·lèrgies i intoleràncies.**

16:30 h. Aprox. tornada a llocs d'origen.

## 1. EQUIPS/ESPORTISTES

### CATEGORIES

1	MÍNIMS	De 8 a 11 anys
2	INFANTILS	De 12 a 15 anys
3	JUVENILS	De 16 a 21 anys
4	ABSOLUTS	De 22 a 29 anys
5	SÈNIORS	A partir de 30 anys

## Nivells i proves:

### RAQUETES

Nivell Inicial	25/50 m.
Nivell mig	100/200 m.
Nivell avançat	400/800 m.

### ESQUÍ ALPÍ

(Els esportistes que realitzen l'esquí Alpí faran 2 descens: s'agafarà la millor marca)

P. Adaptades	Lliscament
Nivell Inicial	Eslàlom Gegant
Nivell mig	Eslàlom Gegant
Nivell Avançat	Eslàlom Gegant

Codi	Proves
501	<b>Raquetes</b> - Nivell Inicial- 25m.
502	<b>Raquetes</b> - Nivell Inicial- 50m.
503	<b>Raquetes</b> - Nivell mig - 100m.
504	<b>Raquetes</b> - Nivell mig - 200m.
505	<b>Raquetes</b> - Nivell Avançat - 400m.
506	<b>Raquetes</b> - Nivell Avançat - 800m.
507	<b>Esquí Alpí</b> - P. Adaptades - Lliscament
508	<b>Esquí Alpí</b> - Nivell Inicial - SLALOM GEGANT
509	<b>Esquí Alpí</b> - Nivell Mig - SLALOM GEGANT
510	<b>Esquí Alpí</b> - Nivell Avançat - SLALOM GEGANT
511	<b>Esquí Nòrdic</b> - Nivell Inicial - 50m.
512	<b>Esquí Nòrdic</b> - Nivell Inicial - 100m.
513	<b>Esquí Nòrdic</b> - Nivell Mig - 500m.
514	<b>Esquí Nòrdic</b> - Nivell Mig - 1Km.
515	<b>Esquí Nòrdic</b> - Nivell Avançat - 3Km
516	<b>Esquí Nòrdic</b> - Nivell Avançat - 5Km

### - IMPORTANT:

- A totes les proves (incloses les adaptades) es produirà desqualificació si existeix un 15 % de millora respecte a les marques facilitades a la organització o les obtingudes a les proves preliminars.



- Cada esportista pot realitzar dues proves, de diferents disciplines (Alpí, Raquetes).
- Es **obligatori l'ús dels casc** per a tots els esportistes que competeixin en la modalitat d'esquí Alpí.

## **2. Material Necessari - Documentació important**

Tot assistent, acompanyant, entrenador, delegat o atleta, que necessiti llogar material d'alguna modalitat esportiva, l'haurà de llogar en el seu lloc d'origen. **Es recorda que els atletes que practiquin Esquí Alpí hauran de portar obligatòriament el seu propi Casc.**

### **LLISTAT DE MATERIAL ACONSELLABLE**

- 1.- ESQUIS / RAQUETES
- 2.- BASTONS
- 3.- BOTES
- 4.- CAPELL
- 5.- ULLERES
- 6.- CASC PELS D'ESQUÍ ALPÍ
- 7.- CREMA DE SOL
- 8.- CREMA DE LLAVIS
- 9.- ANORAC
- 10.- MOCADOR COLL
- 11.- F. POLAR O JERSEY GRUIXUT
- 12.- SAMARRETA MANIGA LLARGA
- 13.- GUANTS
- 14.- PANTALONS FINS O LEOTARDS
- 15.- PANTALONS D'ESQUÍ
- 16.- MITJONS FINS I GRUIXOS
- 17.- PIJAMA
- 18.- NECESSER
- 19.- ROBA INTERIOR
- 20.- ROBA DE CARRER I XANDALL
- 21.- MOTXILLA PETITA (PER A ÚS DIARI)



FEDERACIÓ CATALANA  
D'ESPORTS PER A PERSONES  
AMB DISCAPACITAT INTEL·LECTUAL



- **Documentació que cal portar:**

**DNI** (de cada un dels esportistes) i la **Llicència federativa**

### 3. INSCRIPCIONS

#### 3.1 DOCUMENTACIÓ

Per a participar, caldrà obligatòriament:

1. **Que l' Entitat o Club Esportiu estigui federat a l' ACCELL**, de no ser així, haurà de formalitzar la seva inscripció per tal de poder participar. Pels Clubs Esportius o Entitats que ja estan federats, serà imprescindible estar al corrent de pagament fins a la data.
2. **Presentar el full d'inscripció** per l'Entitat o Club amb totes les dades complimentades.

Us recordem que si voleu federar nous esportistes heu d'adjuntar a la inscripció per a cadascun d'ells:

- Fitxa d'Inscripció / Autorització Familiar
- 1 fotografia mida carnet
- Certificat mèdic
- Certificat de Discapacitat Intel·lectual

Així mateix, us recordem, que **l'únic document que cal renovar anualment és el Certificat Mèdic** i que es **OBLIGATORI** tenir-lo **ACTUALITZAT a les nostres oficines 21 dies naturals abans del dia de la competició** per poder participar.

### 3.2 QUOTES D'INSCRIPCIÓ

	ESPORTISTES	
	ALPÍ	RAQUETES
	Complert	Sense forfet
ACTIU	160 €	137 €
NO ACTIU	190 €	167 €

PLACES EXTRES ( fora de rati )	
*Complert	Sense forfet
170 €	147 €

\*Inclou : transport, allotjament M/P ( de nit dissabte a esmorzar diumenge ), dinar diumenge i forfet per esquiar diumenge.

#### **Avis:**

**No es farà cap excepció ni descompte, per no fer servir el transport, l'allotjament i/o àpats.**

#### **IMPORTANT:**

- Estar federat és **requisit indispensable** per a que l'esportista pugui participar a les Competicions, per tant us recordem que en el cas que vulgueu incloure nous esportistes heu d'ajuntar la documentació adient per a tramitar la seva **llicència federativa**.
- En el cas d'existir la/les **baixa**/es d'algun/s esportista/es, només es contemplarà el **dret a devolució** si aquesta situació es comunica una setmana (mínim) abans de realitzar el Campionat.



FEDERACIÓ CATALANA  
D'ESPORTS PER A PERSONES  
AMB DISCAPACITAT INTEL·LECTUAL



- **Recordem, que és de caràcter obligatori participar en la competició del Campionat de Catalunya d'Esquí, per tal de poder participar en altres competicions o esdeveniments durant la mateixa temporada, com per exemple: Campionat d'Andorra, Candanchú, etc.**

(a) Es considera Federat Actiu aquell esportista que realitza activitats de **forma continuada** amb la Federació i per tant gaudeix d'un preu més reduït a les mateixes.

(b) Es considera Federat NO Actiu aquell esportista que realitza activitats de **forma puntual** amb la Federació i per tant no gaudeix d'aquests preus reduïts.

### 3.3 TERMINI D'INSCRIPCIÓ

La data màxima per la presentació d'inscripcions és el **03/03/2020**.

**A partir d'aquestes dates no s'admetrà cap inscripció.**

Les entitats interessades hauran d'inscriure's directament a:

- **FEDERACIÓ CATALANA D'ESPORTS PER A PERSONES AMB DISCAPACITAT INTEL·LECTUAL -ACELL**

Gran Via Corts Catalanes, 645, 9è.

08010 BARCELONA

TEL: 93 318 39 44

HORARI:

Matí: de 10 a 14 h

Tarda: de 16 a 18 h

\*La documentació haurà de ser presentada personalment, per correu certificat o per **e-mail\*** - **Sara Luna** - **sara.luna@federacioacell.org**

**# No s'admetrà cap inscripció telefònica o per fax.**

#### 4. TRANSPORT

La Federació Catalana d'Esports per a P.D.I (ACELL), es fa càrrec del transport de **tots els esportistes participants** i dels monitors acompanyants, en el rati de **1 monitor per cada 5 esportistes**, a més a més **d'un delegat per cada Entitat o Club**.

Aquelles Entitats que prefereixin utilitzar els seus propis mitjans de transport (a càrrec del propi centre) hauran de comunicar-ho al moment de fer la inscripció.

L'ACELL no es fa càrrec del desplaçament dels familiars i públic que no participin a l'activitat.

Les persones interessades a desplaçar-se conjuntament amb els esportistes, com a públic, així com els monitors que no estiguin contemplats dins del rati abans esmentat, hauran de comunicar-ho a la seva Entitat per tal que aquesta ho transmeti a l'ACELL i abonar la quantitat especificada en els següents requadres. La quota serà per persona, sempre i quan disposem de places lliures.

PLACES EXTRES (fora de rati)	
*Complet	Sense forfet
170 €	147 €

\*Inclou : transport, allotjament M/P ( de nit dissabte a esmorzar diumenge ), dinar diumenge i forfet per esquiar diumenge.





FEDERACIÓ CATALANA  
D'ESPORTS PER A PERSONES  
AMB DISCAPACITAT INTEL·LECTUAL



### Avís:

**No es farà cap excepció ni descompte, per no fer servir el transport,  
l'allotjament i/o àpats.**

## 5. ÀPATS

**L'esmorzar i el dinar de dissabte l'ha de portar cada esportista.**

El sopar del dissabte i l'esmorzar del diumenge tindrà lloc a l'allotjament.

El dinar del diumenge es farà al restaurant self de La Molina.

Els familiars que vulguin gaudir, del dinar de germanor, hauran de fer la reserva al responsable del seu club i aquest ens ho comunicarà a la Federació. El pagament d'aquest dinar es realitzarà directament al restaurant. Recordeu que la **data límit per fer la reserva es, el 2 de març**.

***Recordeu d'informe en el moment de la inscripció de les al·lèrgies i intoleràncies.***

## 6. DOCUMENTACIÓ

Tota la documentació del campionat s'adreçarà via correu electrònic.

- *Us preguem feu constar al full d'inscripció el vostre correu electrònic*

De conformitat amb l'establert a la normativa vigent de Protecció de Dades de Caràcter Personal, l'informem que les seves dades seran incorporades al sistema de tractament titularitat de la **FEDERACIÓ CATALANA D'ESPORTS PER A PERSONES AMB DISCAPACITAT INTEL·LECTUAL -ACELL-** amb la finalitat de poder realitzar la gestió administrativa i comercial. El tractament de les dades queda legitimat en base a la relació comercial que ens uneix. No se cediran dades a tercers, excepte per obligació legal. Tenen dret a accedir, rectificar i suprimir les dades, així com a altres drets, tal i com es detalla a la informació addicional. Pot consultar la informació addicional i detallada sobre Protecció de Dades a la nostra pàgina web: [www.federacioacell.org](http://www.federacioacell.org)