

CADA DIA CAL PORTAR

Roba i calçat esportiu

Crema de sol posada de casa i dins de la motxilla

Roba de bany: banyador, casquet de bany, xancletes, tovallola i ulleres (recomanable)

Muda de recanvi (si ho considereu necessari)

Aigua (recomanem bidò, que sigui fàcil de reomplir)

Recomanem **esmorzar** saludable



DEIXEU A CASA
DISPOSITIUS ELECTRÒNICS
MÓBILS DINERS JOGUINES
ALTRES COSES INNECESSÀRIES

NO OBLIDIS MARCAR-HO TOT AMB NOM I COGNOMS

SORTIDA SETMANAL A ESPAIMAR



Banyador posa't de casa

Sabatilles platja

Samarreta del campus

Crema de sol posada de casa i dins de la motxilla

Motxilla: amb tovallola, aigua i esmorzar saludable

Recomanem: Gorra o similar per protegir el cap

Recomanem: Samarreta de bany (o similar) per portar sota el xaleco salvavides





EL NOSTRE EQUIP

Tècnics i tècniques referents de grup

➤ **MINI CAMPUS**

- Grup i3 (2021) - MICHELLE / LAIA M.
- Grup i4 (2020) - ERIC / XAVIER
- Grup i5 (2019) - LAIA P. / ANDREA M.

➤ **MULTIESPORTIU**

- Grup 1r i 2n (2018-2017) - LUCIA / MARTINA
- Grup 3r i 4t (2016-2015) - ARNAU / RUBEN
- Grup 5e i + (2014 a 2011) - ISAAC / LAIA H.

➤ **URBAN DANCE** - AINARA / DAFNE / ROSANA

➤ **FUTBOL** - ISMAEL / DAMIÀ

Tècnics i tècniques suport de grup - GILBERTO

Tècnics i tècniques suport en pràctiques – JOEL / RAUL / PABLO / ERIC / JULIA / ALEX / ADRIAN

Vetlladores/s suport integració - MARIA DEL MAR / MONTSE / ANDREA R. / YANIRA / ADRIÀN

Coordinador Campus AITOR MUÑOZ





ENTRADES I SORTIDES

- a partir **7:45h** - SERVEI ACOLLIDA - per la porta principal del CEM Besòs
- **9:00h** a 9:15h - ENTRADA CAMPUS - per l'accés lateral directe pista
- **13:30h** - SORTIDA CAMPUS - per l'accés lateral directe pista, obrim 5' abans
- **15:00h** - SORTIDA/ENTRADA CAMPUS - per la porta principal del CEM Besòs
- **17:00h** - SORTIDA CAMPUS - per la porta principal del CEM Besòs

**LA IMPORTÀNCIA DE
SER PUNTUALS !!!
SOBRETOT ELS DIJOUS
SORTIDA AUTOCAR 9:15H**

CANALS COMUNICACIÓ

- TEL. 93,462,66,70
- CAMPUS@CEMBESOS.COM

A tenir en compte

DNI PER VERIFICAR LES RECOLLIDES

RETARDS DE MÉS DE 10 MIN EN RECOLLIDES POT IMPLICAR SERVEI ACOLLIDA

CONTRATACIONS ESPORÀDIQUES MÍNIM 24H ABANS PRESENCIALMENT

Els horaris i activitats que hi ha a continuació, son orientatius. Poden variar segons necessitats.



ESTIU 2025- SETMANA 5 - del 21 al 25 de juliol



PROGRAMACIÓ SETMANAL D'ACTIVITATS

AQUESTS HORARIS SÓN ORIENTATIUS I PODEN ESTAR SUBJECTES A CANVIS.



PROGRAMACIÓ GRUP i3



HORARI		DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
7:45	9:00	SERVEI ACOLLIDA				
9:00	9:15	ENTRADA RELAXADA – ESPAI DE BENVINGUDA				
9:15	9:30	JOCS	PSICOMOTRICITAT	EXCURSIÓ Parcs de la Catalana	SORTIDA SETMANAL ESPAIMAR	PSICOMOTRICITAT
9:30	10:00					
10:00	10:15					
10:15	10:30	ESMORZAR	ESMORZAR			ESMORZAR
10:30	10:45					
10:45	11:00					
11:00	11:15	TALLER	ACTIVITAT "LES EMOCIONS"			VESTUARI
11:15	11:30					
11:30	11:45					
11:45	12:00	PISCINA	PISCINA	VESTUARI	PISCINA	
12:00	12:30					
12:30	13:00					
13:00	13:15	VESTUARI	VESTUARI	VESTUARI	VESTUARI	
13:15	13:30	ENS PREPAREM PER LA SORTIDA				
13:35	14:00	MENJADOR				
14:00	14:15					
14:15	14:30	JOCS DIRIGITS				
14:30	14:55					
14:55	15:00	ENS PREPAREM PER LA SORTIDA				
15:00	15:30	VESTUARI	JOCS	VESTUARI	JOCS	CINEMA
15:30	16:00	PISCINA		PISCINA		
16:00	16:30			PISCINA		
16:30	16:55	VESTUARI		VESTUARI		
16:55	17:00	ENS PREPAREM PER LA SORTIDA				



 PROGRAMACIÓ GRUP i4



HORARI		DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES		
7:45	9:00	SERVEI ACOLLIDA						
9:00	9:15	ENTRADA RELAXADA – ESPAI DE BENVINGUDA						
9:15	9:30	JOCS DIRIGITS	EXCURSIÓ Parcs de la Catalana	PSICOMOTRICITAT	SORTIDA SETMANAL ESPAIMAR	JOCS DIRIGITS		
9:30	10:00			ESMORZAR		ESMORZAR	ESMORZAR	
10:00	10:15							VESTUARI
10:15	10:30	PISCINA						
10:30	10:45			ACTIVITAT "LES EMOCIONS"		JOCS D'AIGUA		
10:45	11:00						VESTUARI	VESTUARI
11:00	11:15	TALLER						
11:15	11:30		VESTUARI	VESTUARI				
11:30	11:45				ENS PREPAREM PER LA SORTIDA	ENS PREPAREM PER LA SORTIDA		
11:45	12:00	MENJADOR					MENJADOR	
12:00	12:15		JOCS DIRIGITS	JOCS DIRIGITS				
12:15	12:30				ENS PREPAREM PER LA SORTIDA	ENS PREPAREM PER LA SORTIDA		
12:30	13:00	LUDOTECA CENTRE CULTURAL BESÒS					LUDOTECA CENTRE CULTURAL BESÒS	
13:00	13:15		CINEMA	CINEMA				
13:15	13:30				CINEMA	CINEMA		
13:35	14:00	CINEMA					CINEMA	
14:00	14:15		CINEMA	CINEMA				
14:15	14:30				CINEMA	CINEMA		
14:30	14:55	CINEMA					CINEMA	
14:55	15:00		CINEMA	CINEMA				
15:00	15:30				CINEMA	CINEMA		
15:30	16:00	CINEMA					CINEMA	
16:00	16:30		CINEMA	CINEMA				
16:30	16:55				CINEMA	CINEMA		
16:55	17:00	CINEMA					CINEMA	
			CINEMA	CINEMA				
					CINEMA	CINEMA		
		CINEMA					CINEMA	
			CINEMA	CINEMA				
					CINEMA	CINEMA		
		CINEMA					CINEMA	
			CINEMA	CINEMA				
					CINEMA	CINEMA		
		CINEMA					CINEMA	
			CINEMA	CINEMA				
					CINEMA	CINEMA		
		CINEMA					CINEMA	
			CINEMA	CINEMA				
					CINEMA	CINEMA		
		CINEMA					CINEMA	
			CINEMA	CINEMA				
					CINEMA	CINEMA		
		CINEMA					CINEMA	
			CINEMA	CINEMA				
					CINEMA	CINEMA		
		CINEMA					CINEMA	
			CINEMA	CINEMA				
					CINEMA	CINEMA		
		CINEMA					CINEMA	
			CINEMA	CINEMA				
					CINEMA	CINEMA		
		CINEMA					CINEMA	
			CINEMA	CINEMA				
					CINEMA	CINEMA		
		CINEMA					CINEMA	
			CINEMA	CINEMA				
					CINEMA	CINEMA		
		CINEMA					CINEMA	
			CINEMA	CINEMA				
					CINEMA	CINEMA		
		CINEMA					CINEMA	
			CINEMA	CINEMA				
					CINEMA	CINEMA		
		CINEMA					CINEMA	
			CINEMA	CINEMA				
					CINEMA	CINEMA		
		CINEMA					CINEMA	
			CINEMA	CINEMA				
					CINEMA	CINEMA		
		CINEMA					CINEMA	
			CINEMA	CINEMA				
					CINEMA	CINEMA		
		CINEMA					CINEMA	
			CINEMA	CINEMA				
					CINEMA	CINEMA		
		CINEMA					CINEMA	
			CINEMA	CINEMA				
					CINEMA	CINEMA		
		CINEMA					CINEMA	
			CINEMA	CINEMA				
					CINEMA	CINEMA		
		CINEMA					CINEMA	
			CINEMA	CINEMA				
					CINEMA	CINEMA		
		CINEMA					CINEMA	
			CINEMA	CINEMA				
					CINEMA	CINEMA		
		CINEMA					CINEMA	
			CINEMA	CINEMA				
					CINEMA	CINEMA		
		CINEMA					CINEMA	
			CINEMA	CINEMA				
					CINEMA	CINEMA		
		CINEMA					CINEMA	
			CINEMA	CINEMA				
					CINEMA	CINEMA		
		CINEMA					CINEMA	
			CINEMA	CINEMA				
					CINEMA	CINEMA		
		CINEMA					CINEMA	
			CINEMA	CINEMA				
					CINEMA	CINEMA		
		CINEMA					CINEMA	
			CINEMA	CINEMA				
					CINEMA	CINEMA		
		CINEMA					CINEMA	
			CINEMA	CINEMA				
					CINEMA	CINEMA		
		CINEMA					CINEMA	
			CINEMA	CINEMA				
					CINEMA	CINEMA		
		CINEMA					CINEMA	
			CINEMA	CINEMA				
					CINEMA	CINEMA		
		CINEMA					CINEMA	
			CINEMA	CINEMA				
					CINEMA	CINEMA		
		CINEMA					CINEMA	
			CINEMA	CINEMA				
					CINEMA	CINEMA		
		CINEMA					CINEMA	
			CINEMA	CINEMA				
					CINEMA	CINEMA		
		CINEMA					CINEMA	
			CINEMA	CINEMA				
					CINEMA	CINEMA		
		CINEMA					CINEMA	
			CINEMA	CINEMA				
					CINEMA	CINEMA		
		CINEMA					CINEMA	
			CINEMA	CINEMA				
					CINEMA	CINEMA		
		CINEMA					CINEMA	
			CINEMA	CINEMA				
					CINEMA	CINEMA		
		CINEMA					CINEMA	
			CINEMA	CINEMA				
					CINEMA	CINEMA		
		CINEMA					CINEMA	
			CINEMA	CINEMA				
					CINEMA	CINEMA		





PROGRAMACIÓ GRUP i5



HORARI		DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
7:45	9:00	SERVEI ACOLLIDA				
9:00	9:15	ENTRADA RELAXADA – ESPAI DE BENVINGUDA				
9:15	9:30	JOCS DIRIGITS	EXCURSIÓ Parcs de la Catalana	VESTUARI	AUTOCAR	PSICOMOTRICITAT
9:30	10:00			PISCINA	SORTIDA SETMANAL ESPAIMAR	
10:00	10:15					
10:15	10:30	ESMORZAR		ESTUARI		ESMORZAR
10:30	10:45					
10:45	11:00	TALLER		ESMORZAR		VESTUARI
11:00	11:15					
11:15	11:30			PSICOMOTRICITAT		
11:30	11:45					
11:45	12:00	VESTUARI	JOCS	PISCINA		
12:00	12:15	PISCINA				
12:15	12:30		ACTIVITAT "LES EMOCIONS"		JOCS DIRIGITS	
12:30	13:00					
13:00	13:15	VESTUARI	ENS PREPAREM PER LA SORTIDA			
13:15	13:30	ENS PREPAREM PER LA SORTIDA				
13:35	14:00	MENJADOR				
14:00	14:15					
14:15	14:30	JOCS DIRIGITS				
14:30	14:55					
14:55	15:00	ENS PREPAREM PER LA SORTIDA				
15:00	15:30	VESTUARI	LUDOTECA CENTRE CULTURAL BESÒS	VESTUARI	LUDOTECA CENTRE CULTURAL BESÒS	CINEMA
15:30	16:00	PISCINA		PISCINA		
16:00	16:30					
16:30	16:55	VESTUARI		VESTUARI		
16:55	17:00	ENS PREPAREM PER LA SORTIDA				





EXCURSIÓ A LA PLATJA AMB BICICLETA O PATINET (sense motor)

Banyador posa't de casa

Samarreta del campus

Crema de sol posada de casa i dins de la motxilla

Motxilla: amb tovallola, aigua i esmorzar saludable

Recomanem: Gorra o similar per protegir el cap i xancles platja

Bicicleta o patinet (sense motor)

Casc de seguretat

DEIXEU A CASA
DISPOSITIUS ELECTRÒNICS
MÓBILS DINERS JOGUINES
ALTRES COSES INNECESSÀRIES

NOVETAT

GRUPS PRIMÀRIA:

- MULTIESPORTIU
- URBAN DANCE
- FUTBOL



PROGRAMACIÓ GRUP 1r-2n


HORARI		DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES		
7:45	9:00	SERVEI ACOLLIDA						
9:00	9:15	ENTRADA RELAXADA – ESPAI DE BENVINGUDA						
9:15	9:30	JOCS ESPORTIUS	EXCURSIÓ A LA PLATJA AMB BICICLETA O PATINET	JOCS ESPORTIUS	SORTIDA SETMANAL ESPAIMAR	VESTUARI		
9:30	10:00			ESMORZAR		PISCINA	PISCINA	
10:00	10:15						DINÀMIQUES DE GRUP	ESMORZAR
10:15	10:30	VESTUARI						
10:30	10:45			PISCINA		ESPORT		
10:45	11:00						VESTUARI	
11:00	11:15	ESMORZAR						
11:15	11:30			JOCS ESPORTIUS				
11:30	11:45					ESMORZAR		
11:45	12:00	JOCS D'AIGUA						
12:00	12:30		VESTUARI					
12:30	13:00			PISCINA				
13:00	13:15	ESMORZAR						
13:15	13:30		JOCS ESPORTIUS					
13:35	14:00			ESMORZAR				
14:00	14:15	JOCS ESPORTIUS						
14:15	14:30		ESMORZAR					
14:30	14:55			JOCS ESPORTIUS				
14:55	15:00	ESMORZAR						
15:00	15:30		JOCS ESPORTIUS					
15:30	16:00			ESMORZAR				
16:00	16:30	JOCS ESPORTIUS						
16:30	16:55		ESMORZAR					
16:55	17:00			JOCS ESPORTIUS				



PROGRAMACIÓ GRUP 3r-4t


HORARI		DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	
7:45	9:00	SERVEI ACOLLIDA					
9:00	9:15	ENTRADA RELAXADA – ESPAI DE BENVINGUDA					
9:15	9:30	VESTUARI	EXCURSIÓ A LA PLATJA AMB BICICLETA O PATINET	VESTUARI	SORTIDA SETMANAL ESPAIMAR	JOCS ESPORTIUS	
9:30	10:00	PISCINA		PISCINA			
10:00	10:15						
10:15	10:30						
10:30	10:45	VESTUARI		PISCINA			
10:45	11:00	ESMORZAR					
11:00	11:15						
11:15	11:30			VESTUARI			
11:30	11:45	JOCS ESPORTIUS		JOCS ESPORTIUS		ESMORZAR	
11:45	12:00	ESPORT COL·LECTIU		JOCS D'AIGUA			
12:00	12:30						
12:30	13:00						
13:00	13:15						
13:15	13:30	ENS PREPAREM PER LA SORTIDA					
13:35	14:00	MENJADOR					
14:00	14:15						
14:15	14:30	JOCS DIRIGITS					
14:30	14:55						
14:55	15:00	ENS PREPAREM PER LA SORTIDA					
15:00	15:30	VESTUARI	LUDOTECA CENTRE CULTURAL BESÒS	VESTUARI	LUDOTECA CENTRE CULTURAL BESÒS	CINEMA	
15:30	16:00	PISCINA		PISCINA			
16:00	16:30						
16:30	16:55	VESTUARI		VESTUARI			
16:55	17:00	ENS PREPAREM PER LA SORTIDA					



PROGRAMACIÓ multiesportiu GRUP 5e i més


HORARI		DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
7:45	9:00	SERVEI ACOLLIDA				
9:00	9:15	ENTRADA RELAXADA – ESPAI DE BENVINGUDA				
9:15	9:30	ESPORT INDIVIDUAL	EXCURSIÓ A LA PLATJA AMB BICICLETA O PATINET	ESPORT COL·LECTIU		ESPORT COL·LECTIU
9:30	10:00			VESTUARI		VESTUARI
10:00	10:15	PISCINA		PISCINA	SORTIDA SETMANAL ESPAIMAR	PISCINA
10:15	10:30					
10:30	10:45					
10:45	11:00	VESTUARI		VESTUARI	VESTUARI	
11:00	11:15	ESMORZAR		ESMORZAR		ESMORZAR
11:15	11:30					
11:30	11:45	ESPORT INDIVIDUAL			JOCS D'AIGUA	DINÀMIQUES DE GRUP
11:45	12:00					
12:00	12:30					
12:30	13:00					
13:00	13:15					
13:15	13:30	ENS PREPAREM PER LA SORTIDA				
13:35	14:00	MENJADOR				
14:00	14:15					
14:15	14:30	JOCS DIRIGITS				
14:30	14:55					
14:55	15:00	ENS PREPAREM PER LA SORTIDA				
15:00	15:30	VESTUARI	LUDOTECA CENTRE CULTURAL BESÒS	VESTUARI	LUDOTECA CENTRE CULTURAL BESÒS	CINEMA
15:30	16:00	PISCINA		PISCINA		
16:00	16:30					
16:30	16:55	VESTUARI		VESTUARI		
16:55	17:00	ENS PREPAREM PER LA SORTIDA				



PROGRAMACIÓ GRUP URBAN DANCE


HORARI		DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
7:45	9:00	SERVEI ACOLLIDA				
9:00	9:15	ENTRADA RELAXADA – ESPAI DE BENVINGUDA				
9:15	9:30	CLASSE BALL	EXCURSIÓ A LA PLATJA AMB BICICLETA O PATINET	CLASSE BALL	SORTIDA SETMANAL ESPAIMAR	URBAN
9:30	10:00					
10:00	10:15					
10:15	10:30	ESMORZAR		ESMORZAR		ESMORZAR
10:30	10:45	VESTUARI		VESTUARI		
10:45	11:00	PISCINA		PISCINA		
11:00	11:15					
11:15	11:30					
11:30	11:45	VESTUARI		JOCS D'AIGUA		VESTUARI
11:45	12:00					
12:00	12:30	CLASSE BALL	PISCINA			
12:30	13:00					
13:00	13:15			VESTUARI		
13:15	13:30	ENS PREPAREM PER LA SORTIDA				
13:35	14:00	MENJADOR				
14:00	14:15					
14:15	14:30	JOCS DIRIGITS				
14:30	14:55					
14:55	15:00	ENS PREPAREM PER LA SORTIDA				
15:00	15:30	VESTUARI	LUDOTECA CENTRE CULTURAL BESÒS	VESTUARI	LUDOTECA CENTRE CULTURAL BESÒS	CINEMA
15:30	16:00	PISCINA		PISCINA		
16:00	16:30					
16:30	16:55	VESTUARI		VESTUARI		
16:55	17:00	ENS PREPAREM PER LA SORTIDA				



PROGRAMACIÓ GRUP FUTBOL


HORARI		DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	
7:45	9:00	SERVEI ACOLLIDA					
9:00	9:15	ENTRADA RELAXADA – ESPAI DE BENVINGUDA					
9:15	9:30	ENTRENAMENT	EXCURSIÓ A LA PLATJA AMB BICICLETA O PATINET	ENTRENAMENT		ENTRENAMENT	
9:30	10:00						
10:00	10:15						
10:15	10:30						
10:30	10:45	ESMORZAR		ESMORZAR		ESMORZAR	
10:45	11:00	ENTRENAMENT		VESTUARI		VESTUARI	VESTUARI
11:00	11:15			PISCINA	SORTIDA SETMANAL ESPAIMAR		PISCINA
11:15	11:30						
11:30	11:45						
11:45	12:00	VESTUARI		JOCS D'AIGUA	VESTUARI	VESTUARI	
12:00	12:30	PISCINA	ENTRENAMENT				
12:30	13:00	VESTUARI					
13:00	13:15	VESTUARI	ENS PREPAREM PER LA SORTIDA				
13:15	13:30	MENJADOR					
13:35	14:00						
14:00	14:15						
14:15	14:30	JOCS DIRIGITS					
14:30	14:55						
14:55	15:00	ENS PREPAREM PER LA SORTIDA					
15:00	15:30	VESTUARI	LUDOTECA CENTRE CULTURAL BESÒS	VESTUARI	LUDOTECA CENTRE CULTURAL BESÒS	CINEMA	
15:30	16:00	PISCINA		PISCINA			
16:00	16:30						
16:30	16:55	VESTUARI		VESTUARI			
16:55	17:00	ENS PREPAREM PER LA SORTIDA					





JOCS D'AIGUA

PODEN PORTAR:

- **PISTOLES D'AIGUA, GALLEDES O PETITS RECIPIENTS PER JUGAR.**

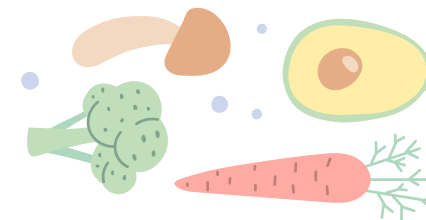
Important

- Tot el material ha d'estar **marcat amb el nom** per evitar confusions o pèrdues.
- **No cal portar globus d'aigua**, ja que nosaltres ja en tenim preparats per a les activitats.





MENU CAMPUS D'ESTIU



Setmana 5 : Del 21 al 25 de JULIOL

Dilluns 21

Trinxat amb bacó

Estofat de carn
amb enciam

Fruita

Dimarts 22

Macarrons
gratinats

Llom a la planxa
amb amanida

Fruita

Dimecres 23

Croquetes de
bacallà

Botifarra al
forn amb patates

logurt

Dijous 24

Truita francesa

Tires de pollastre
bbq amb enciam

Fruita

Divendres 25

Arròs de muntanya

Salsitxes amb
amanida

Fruita

BAR
THOT'BO


CEMBESÒS
CENTRE ESPORTIU MUNICIPAL
Que res t'aturi!