



# ESCOLA CLUB ATLETISME TARRAGONA

## REUNIÓ INFORMATIVA - TEMPORADA 2014-2015

Volem donar-vos la benvinguda a l'escola del Club Atletisme Tarragona, en la que és la nostra sisena temporada, i fer-vos un breu resum d'algunes informacions sobre l'activitat:

- **Objectiu de l'escola:**

- Donar a conèixer el nostre esport en totes les seves disciplines i a totes les categories.
- El respecte i la integració dels atletes, així com fomentar la relació entre els grups.
- Tot i tractar-se d'un esport individual, tenim predilecció per les competicions per equips, sent aquestes un dels principals objectius esportius.
- En aquest ambient que nosaltres denominem familiar, valorem molt la participació dels pares i mares. Tenim fantàstiques experiències en temporades anteriors amb el familiars, no només a efectes de comprometre's a portar als nens i nenes al major nombre de competicions, sinó, a més, animant a les pistes o col·laborant amb totes les activitats on els convidàvem

- **Dades de contacte:**

Grup/Categoria	Anys	Entrenaments	Monitors	Contacte
Minis	2010-2008	dimarts i divendres de 17:45 a 19	Marta Teresa	<a href="mailto:marta@clubatletismetarragona.cat">marta@clubatletismetarragona.cat</a> 649593499 <a href="mailto:teresa@clubatletismetarragona.cat">teresa@clubatletismetarragona.cat</a> 680303664
Benjamins	2007-2006	dimarts i divendres de 17:45 a 19	Dídac Andrea	<a href="mailto:didac@clubatletismetarragona.cat">didac@clubatletismetarragona.cat</a> 635423448 <a href="mailto:andrea@clubatletismetarragona.cat">andrea@clubatletismetarragona.cat</a> 628764696
Alevins	2005-2004	dimarts, dijous i divendres de 17:45 a 19:15	Jose Blanca	<a href="mailto:jose@clubatletismetarragona.cat">jose@clubatletismetarragona.cat</a> 666744232 <a href="mailto:blanca@clubatletismetarragona.cat">blanca@clubatletismetarragona.cat</a> 616179277
Infantils	2003-2002	dimarts, dijous i divendres de 17:45 a 19:15	Bernat Marina	<a href="mailto:bernat@clubatletismetarragona.cat">bernat@clubatletismetarragona.cat</a> 689661291 <a href="mailto:marina@clubatletismetarragona.cat">marina@clubatletismetarragona.cat</a> 648648395
Cadets	2001-2000	dimarts, dijous i divendres de 17:45 a 19:15	Ferran	<a href="mailto:ferran@clubatletismetarragona.cat">ferran@clubatletismetarragona.cat</a> 686744265

Aclarir que s'estableixen diferents categories segons si l'organitzador de les competicions és el Consell Esportiu del Tarragonès (CET) o la Federació Catalana d'Atletisme (FCA). Les categories dels grups d'entrenament son les que estableix la FCA. A les convocatòries de les proves apareixerà l'any de naixement dels participants.

- Distingim dues **parts esportives de la temporada**:
  - Temporada de cros: on participen totes les categories i va aproximadament del novembre al febrer. La intenció és participar a la lliga comarcal organitzada pel CET i algunes proves federades de la FCA.
  - Temporada de pista: gairebé exclusivament per totes les categories excepte els minis. Tot inclou algunes proves hivernals en pista coberta per les categories més grans, la major part es desenvolupa entre els mesos de març a juny. Inclou totes les disciplines atlètiques, participant en proves individuals i campionats per equips.
- S'establirà una fórmula per confirmar la participació a la majoria de competicions. Per les proves de cros resultarà imprescindible confirmar abans de dimecres de la setmana de la prova.
- La comunicació i convocatòria de les competicions es farà per correu electrònic, mitjançant la vidriera d'anuncis que el club te a les pistes, a la web (notícies i calendari) i sempre podreu consultar als monitors.
- Pel que fa a les **normes d'entrenament**, recordem la necessitat de portar roba suficient, aigua i repel·lent de mosquits quan calgui. A les 17.45 han d'estar a la pista i canviats. La puntualitat és important per facilitar l'entrenament de tots. Els dies que plou, es suspèn l'entrenament ja que no ens deixen cap espai cobert.
- La única equipació obligatòria és la samarreta de competició, sense cost, i es facilitarà a la primera participació en competició on assisteixi l'atleta. La resta de material (xandalls, motxilles, ...) és d'adquisició voluntària i a un preu molt ajustat. També es facilitarà una samarreta d'escalfament de forma gratuïta més endavant.
- Si algun nen o nena es lesiona entrenant o competint, cal posar-se en contacte amb el monitor per facilitar els parts mèdics que permeten **l'assistència** que tenim contractada mitjançant les llicències esportives.

Dia	Cros	Lloc	Categories
26 octubre	32è Cros de Vila-seca	Vila-seca	CET
16 novembre	8è Cros de l'Escola Els Àngels-La Granja	La Granja-Torreforta	CET
23 novembre	5è Cros de l'Escola El Roquissar	Altafulla	CET
30 novembre	26è Cros Ciutat de Valls	Valls	FCA
14 desembre	20è Cros del Col·legi Sant Pau	Tarragona	CET
21 desembre	5è Cros del Col·legi Mare Nostrum	Tarragona	CET
25 gener	21è Cros de la Canonja	La Canonja	CET
1 febrer	17è Cros de la Pobla de Mafumet	La Pobla de Mafumet	CET
8 febrer	6è Cros de l'Escola Pax	Tarragona	CET
8 febrer	Campionat de Catalunya de Cros Individual i per Clubs	Mataró	FCA
22 febrer	32è Cros Ciutat Tarragona	Tarragona	CET
1 març	2n Cros de Perafort	Perafort	CET
8 març	Final Comarcal 5è Cros del Col·legi Turó,	Constantí	CET

Moltes gràcies per confiar en la nostra escola!

Monitors i monitores de l'ECAT