

Laiestiu

Dossier Famílies



Inscripcions obertes!

Per a més informació pots contactar amb nosaltres a
direccio@laiestiu.cat

INDEX

- Introducció
- Qui som?
- Quin horari fem?
 - “Laiestiu de migdies”
- Com actuem si un nen/a es fa mal?
- Com ens comuniquem?
- Què heu de saber?
 - Aparcament
 - Gorra i samarreta del Campus
 - Roba marcada
 - Material esportiu
 - Crema solar
 - Roba de bany
 - Monitors de suport per a excursions
 - Enquesta d'avaluació online
- Quines activitats farem?
 - Centre d'interès
 - Activitats esportives
 - Activitats lúdiques
 - HIP-HOP
 - Activitats en anglès

- I els més petits?
 - Activitats específiques grups Baby (3 i 4 anys)
- Quin material heu de portar?
 - Crema solar
 - Vestimenta
 - Material esportiu
 - Tovallola de piscina
 - Muda de recanvi (grups Baby)
- On anirem d'excursió?
- Quin horari tindrà el grup del meu fill/a?
 - Grup BABY
 - Grup 1-2
 - Grup 3-4
 - Grup 5-6
 - Grup 7-8
 - Grup 9-10
- Què mengem?
- I els mesos d'Agost i Setembre?
 - Dinàmica del campus
 - Dates
 - Horari
 - Acollida
 - Aparcament
 - Excursions
 - Activitats

30 anys de Laiestiu

Introducció

Benvolgudes famílies,

Ja fa molts anys del meu primer Laiestiu, al 1996 va començar la meua vida en aquest meravellós club que és el CE Laietà. Quan vaig treballar per primer cop ja feina un parell o tres d'anys que es feia aquest campus esportiu a les nostres instal·lacions i vaig quedar atrapat per la seva filosofia i el seu tarannà.

Després de viure molts anys treballant als estius, tiro la mirada enrere i m'omple d'orgull per sentir-me una part important en la vida de milers d'infants que han passat pel Laietà durant els mesos d'estiu quan tenien vacances escolars.

30 anys es diuen aviat però, penseu quantes coses es poden fer amb tant de temps i sereu conscients de tot el que ha pogut succeir en aquest temps al Laiestiu. Ha evolucionat, s'ha professionalitzat més, s'han millorat les instal·lacions i hem aconseguit fer una cosa molt important, mantenir l'essència dels primers anys, on la il·lusió d'uns joves monitors, amb la confiança de la direcció del club, vam fer possible crear, el que a dia d'avui, és un dels campus de referència de la nostra ciutat.

Aquest any del 30e aniversari, voldria **donar-vos la benvinguda** a la nostra acollidora família del Laiestiu a totes aquelles famílies nouvingudes.

Agrair-, als que ja sou veterans, la confiança depositada en nosaltres, un any més, i als novells, assegurar-vos que farem tot el possible per que els vostres fills/es passin l'estiu de la seva vida amb nosaltres. Esperem complir amb escreix les expectatives generades.

Miquel A Montoro "Juancho"

Director Laiestiu 2023

Qui som?

GERÈNCIA: JOSEP MANEL GURRERA

DIRECCIÓ: MIQUEL ÀNGEL MONTORO "JUANCHO"

COORDINACIÓ: LLUÍS FERRER

ADMINISTRACIÓ: ESTHER REDONDO I SILVIA GARCIA

MONITORS/ES DE GRUP:

- **BABY:** ANA LOZANO / PAOLA RODRIGUEZ
- **GRUP 1-2:** ALBA MANSILLA / CLARA SANCHEZ
- **GRUP 3-4:** ANDREA PEREZ / JUDITH VELERT
- **GRUP 5-6:** ANGIE TALLO / IVAN COLOM
- **GRUP 7-8:** CARLOS LOZANO / LAURA JIMENEZ
- **GRUP 9-10:** MARC PEREZ / LUCAS LARA

MONITORS DE TENNIS: XAVI PALOS

MONITORS/ES DE PISCINA: ARNAU I ROMA

MONITORES DE RESTAURACIÓ: MONTSERRAT SANDOVAL I OSCAR DOMÍNGUEZ

MONITORS/ES SUPORT: MARC, PAU, HUGO, ALEJANDRO I ADRIANA

MONITORS JOVE: ALBA, JAUME I PAOLA

Quin horari fem?

L'hora d'entrada dels nens/es serà a les **9:00h. del matí**, tanmateix, també hi ha un **servei d'acollida** opcional a partir de les **7:45h.** per aquells/es que arribin abans.

L'organització no es pot fer responsable de tot aquell nen o nena que al matí **no estigui inscrit/a** en aquest servei d'acollida, on cada dia hi haurà un monitor/a amb el llistat corresponent.

El servei d'acollida pot ser **puntual** (3€ i pagament el mateix dia), o bé **setmanal** (10€ i pagament el primer dia d'utilització).

L'esmorzar es pot portar de casa i aprofitar aquesta estona d'acollida per la seva ingestió.

Les activitats s'inicien a les 9:15h., i és per aquest motiu que tot nen/a que arribi tard, serà atribució del pare o de la mare el buscar un responsable del campus perquè porti al seu fill/a fins a l'activitat corresponent.

Els grups es distribuïran en **4 zones diferenciades** segons rotació:

- Grups Baby → zona pèrgola
- Grups 1-2 i 3-4 → pista social (pista poliesportiva sota restaurant)
- Grup 5-6 → pista Mini Tennis (antiga pista de hoquei)
- Grups 7-8 i 9-10 → pista futbol

L'hora de recollida serà a les **18:00h. de la tarda**, i a partir de les 18:15h., els monitors/es de GRUP ja no es fan càrrec dels nens/es (excepte si hi ha un avís amb antelació).

Els nens i nenes, però, mai es quedaran sols sinó que passaran directament al **servei d'acollida addicional**.

Durant aquesta trobada de la tarda, només serà el monitor-tutor, el responsable d'entregar els nens i les nenes un cop passat el llistat corresponent.

Campus Laiestiu 2023

En aquest sentit, **és important avisar d'un possible canvi de persona en la recollida** del nen/a pel mateix dia o per dies puntuals.

A la **tarda**, l'entrega de **TOTS els infants serà a la pista social a excepció dels grups Baby**, que s'entregaran al mateix lloc que al matí (zona pèrgola).

Com a gran novetat d'aquest any 2023, recuperem les dutxes de tots els infants

“Laiestiu de migdies”

Oferim a tots aquells pares o mares que ho desitgin, l'opció de què els seus fills i/o filles puguin **realitzar el campus en horari únicament de matins**.

L'entrada serà a les **9:00h. del matí** i la sortida a les **13:00h. sense dinar o bé a les 15:00h. havent dinat**.

Els nens i nenes sortiran del campus **dinats però no dutxats**.

Així mateix, aquells pares o mares que desitgin que el seu fill o filla pugui **anar el dia de l'excursió amb el seu grup**, podran fer-ho abonant la quantitat de 20€. En cas contrari, no podran venir al campus ja que no quedarà cap monitor del seu grup per poder estar amb ells ni companys de la seva edat al club.

L'entrega dels nens i nenes de migdies es farà just **a la porta del club**, davant de la recepció. Els infants estaran sempre sota la supervisió del personal del club fins a la seva recollida.

Com actuem si un nen/a es fa mal?

- Tots els nens i nenes estan sota una **assegurança esportiva d'accidents**. Així mateix, preguem que en el cas que el seu fill/a tingui al·lèrgies a medicaments, i/o sigui important conèixer certes dades mèdiques, ens ho facin saber amb la màxima antelació possible.
- Els accidentats seran traslladats a la **Clínica Diagonal** de FIATC.
- Durant tot l'horari, el campus comptarà amb **servei mèdic propi**.
- Protocol d'actuació **en cas d'accident: s'avisarà al familiar** tot indicant-li els possibles passos a seguir.
- En cas **d'accident greu, primer actuarem i després avisarem** ràpidament.

Com ens comuniquem?

En cas que algun familiar hagi de posar-se en contacte amb el seu fill/a, preguem que **primer avisi al club a través de la recepció**, i des d'allà el posaran en **contacte amb algun responsable del campus**.

Per a qualsevol **pregunta o qüestió puntual** sobre el seu fill/a, vostè podrà sempre parlar amb el **tutor/a corresponent** i, en última instància, amb el director del campus.

Durant el transcurs del campus hi haurà un **taulell informatiu**, situat als vidres de l'oficina d'atenció al soci, on s'hi podran trobar:

- els llistats dels grups,
- els menús,
- les notes de les excursions,
- entre d'altres.
- Tot i així, és molt important fer un bon seguiment de la **pàgina web del Laietà, APARTAT LAIESTIU**, doncs serà aquí on trobareu tota la informació actualitzada.

Què heu de saber?

- Us informem que **a l'aparcament del club, per la tarda, NO s'hi podrà accedir**. Al matí, la barrera sí que estarà oberta, però us demanem que el gir de sortida el realitzeu a la part superior del club, situat a la pista d'hoquei. També agrairíem que no us atureu al mig de la calçada per deixar baixar als nens/es destorbant el pas a la resta de vehicles.
- Els nens faran servir una **gorra**, proporcionada pel club, i és obligat que la portin cada dia. També disposaran d'una **samarreta** que s'utilitzarà el dia de les excursions s'entregarà aquell mateix dia.

- La **roba ha de venir clarament marcada i identificada**, per evitar problemes en cas de pèrdua d'alguna peça. No obstant,
 - destinarem un lloc on cada dia es mostrarà la roba recuperada
 - les peces trobades estaran exposades tant al matí (a l'hora d'entrada) com a la tarda (a l'hora de sortida)
 - la roba no es guardarà més enllà de les 5 setmanes que dura el campus.
- Material esportiu: els **patins i les raquetes** de tots els nens/es quedaran guardades al club, i l'últim dia de campus del vostre fill/a es tornaran.
- **Crema solar**: cada nen/a l'haurà de portar dins la seva motxilla cada dia i
 - seran els monitors i monitores els responsables de posar-la
 - la primera aplicació diària de la crema s'ha de posar a casa
 - **si la crema és delicada es guardarà a la motxilla de l'infant.**
- Roba de bany: de cara a fer una gestió més ràpida de la piscina del matí, us demanem que els nens/es vinguin **ja amb el banyador posat de casa**. Si alguna família prefereix no fer-ho així, ho entendrem i només demanem que informin al seu monitor/a.
- Excursions: complementant l'equip de monitors/es de cada grup, hi haurà un equip de **monitors de suport** per a aquell dia.
- Al final de la vostra estada amb nosaltres, ens agradaria que omplíssiu si us plau una **enquesta d'avaluació online**, amb la que analitzem els vostres suggeriments per tal de millorar de cara als propers anys.

Quines activitats farem?

Centre d'interès

El centre d'interès d'aquest any, és a dir, el nostre eix dinamitzador al voltant del que giraran gran part de les nostres activitats esportives, serà **“30 anys de Laiestiu”**.

Activitats esportives

Tennis: Disposarem de 3/4 pistes destinades a aquest esport. Aquesta activitat serà dirigida per entrenadors/es específics i dinamitzada pels monitors i monitores del grup.

Els grups Baby realitzaran el tennis a les pistes de pàdel.



Campus Laiestiu 2023

Pàdel: En aquest cas farem servir 2/3 pistes de pàdel durant els matins. L'execució d'aquesta activitat estarà sota el control i supervisió dels monitors/es del grup.



Piscina: Es realitzarà un mínim de dos sessions de piscina al dia.

En horari de matí realitzarem **cursets de natació**, la duració d'aquests anirà en funció de les edats i necessitats dels nens i nenes (el 1er dia del nen es realitzaran proves de nivell). Per la tarda, la piscina serà totalment **lúdica**.



Patinatge/hoquei: Aquestes activitats s'adaptaran en funció de l'edat dels nens/es.

- Els grups més petits se'ls intentarà ensenyar a **millorar la seva manera de patinar.**
- Els grups més grans es dedicaran a fer un **patinatge més perfeccionat** a través de jocs i de la immersió en l'esport de l'hoquei patins.

És indiferent el tipus de patins que porteu, és a dir, poden ser de 4 rodes o de línia.



Esports: Són tots aquells esports tradicionals que podem practicar a les nostres instal·lacions: futbol, bàsquet, handbol, rugbi, etc.



Campus Laiestiu 2023

Esports Alternatius: Practicarem el tamborí i d'altres com: *l'Ultimate*, el Futbol Gaèlic, el Futbol Flag i el "Futbol-Basket gegant".



Activitats lúdiques

Jocs lúdics: dins d'aquestes activitats recordarem aquells jocs tradicionals amb els que molts de nosaltres vàrem gaudir fa uns anys com l'aranya, el polis i cacos, la bandera, entre d'altres.



Tallers: Farem tallers tradicionals a les estones més tranquil·les i buscarem impressionar a la família amb unes idees genials.



Descans: És el moment de pair el dinar. Per tant, serà una estona de relacionar-se amb els companys d'una manera tranquil·la, pausada i en espais lliures de sol.



HIP-HOP

El HIP-HOP és un tipus de dansa, que es desenvolupa en espais oberts, i on la destresa dels ballarins/es es demostra pel seu gran **desplegament d'habilitats i força en la interpretació corporal**.

Es requereix un gran desplegament físic, per això els seus practicants han de tenir una **bona condició física, força i agilitat corporal**.

Els nostres nens i nenes, amb l'ajuda dels monitors/es, treballaran aquest esport urbà durant les tardes del Laiestiu.



Activitats en anglès

A través de **jocs, cançons, teatre, manualitats i jocs de taula**, intentarem millorar el nivell d'anglès dels nens i nenes del campus.

Amb l'ajuda dels nostres monitors/es, treballarem la millora d'aquesta llengua d'una manera lúdica, divertida i molt amena per tots.



I els més petits?

Activitats específiques grups Baby (3 i 4 anys)

A diferència del campus junior, **el ritme de les activitats i l'horari el marcaran els mateixos nens i nenes.**

- **Psicomotricitat:** Els infants a través de les seves accions corporals com jugar, saltar, manipular objectes, etc., aconseguir situar-se en el món i adquireixen intuïtivament els aprenentatges necessaris per a desenvolupar-se.
- **Mini Tennis:** La iniciació al tennis es realitzarà en les pistes de pàdel (2 pistes destinades a aquest ús).
- **Zona Baby:** Espai reservat pels *babys*, amb piscina pròpia. El material de seguretat de la piscina el posarà el campus. A la piscina petita mantindrem un control i seguretat dels infants.
- **Descans:** Després de dinar, els *babys* disposaran d'una sala de gimnàs per realitzar la migdiada amb les seves màrfeques.



Quin material heu de portar?

- **CREMA SOLAR:** l'hauran de portar a la motxilla i endur-se-la a casa cada dia. Cal posar clarament el nom a la crema.
- **VESTIMENTA:**
 - Samarreta d'esport, pantalons curts i mitjons.
 - Calçat esportiu: bambes estil tennis.
 - Banyador i sabatilles de piscina.
- **MATERIAL ESPORTIU:**
 - Raqueta de tennis.
 - Patins: de 4 rodes o en línia (els grups Baby no necessiten)
 - Bossa d'esport.
- **TOVALLOLA DE PISCINA**
 - Tovallola marcada amb el nom.
- En el cas del **Laiestiu BABY** (nens i nenes de 3 i 4 anys), han de dur una **MUDA DE RECANVI** addicional el primer dia, que es quedarà al club per si fos necessari i es tornarà el darrer dia de Campus.

Recordeu que tot aquest material ha de venir **clarament marcat**.

On anirem d'excursió?

El transport es realitzarà amb **autocar** i, sempre que puguem, portarem un **cotxe de suport**. Aquell dia, tots els monitors de grup i, alguns altres més de reforç, acompanyaran als nens/es.

Setmana del 26 de juny: sortida al Cosmocaixa, Barcelona. *El dia de la sortida serà el dijous 29 de juny i anirem tots els grups del baby i junior.*

Setmana del 3 de juliol: el dijous 6, tots els grups del campus, anirem al Parc Aquàtic Waterworld situat a Lloret de Mar (tornarem a les 19:00h).

Setmana del 10 de juliol: aquesta setmana, el dijous 13, tots els grups del campus aniran al Parc Aquàtic MARINELAND situat a Palafolls (tornarem a les 19:00h).

Setmana del 17 de juliol: el dijous 20, tots els grups del campus, anirem al Parc Aquàtic Aquadiver situat a Platja d'Aro (tornarem a les 19:00h).

Setmana del 24 de juliol: Excursió al Tibidabo el dijous 27 de juliol pels grups *Babys* i els grups 1, 2, 3 i 4 del Junior.

La resta de grups, del 5 al 10 junior, aniran a la platja de Castelldefels el dimarts 25 de juliol.

Durant aquesta setmana, els dies es modifiquen perquè el divendres 28 de juliol és la festa final del campus.

El dimecres 26 de juliol, els nens/es dels grups 5 al 10, dormiran al club ja que durem a terme la divertida, entranyable, tradicional i sobretot inoblidable acampada del Laiestiu.

**La direcció del Laiestiu es reserva el dret de variar els dies, els llocs i els grups de les excursions en funció de les seves necessitats*

Campus Laiestiu 2023

HORARIS DELS GRUPS

	Horari grup BABY				
	DLL, DM, DX i DV			DIJOUS	
	BABY 1-2		BABY 3-4		TOTS
09:15 -10:00	PSICOMOTRICITAT (PADEL)		PSICOMOTRICITAT (DARRERA FUTBOL)		EXCURSIÓ
10:00 -10:45	TENNIS (PADEL)		ACTIVITAT LÚDICA (FUTBOL)		
10:45 -11:30	PISCINA LLIURE		TENNIS (PADEL)		
11:30 -12:15	ACTIVITAT LÚDICA (FRONTÓN)		PISCINA LLIURE		
12:15 -13:00	DINAR		DINAR		
13:00 -14:00	DESCANS (GYM)		DESCANS (GUARDERIA)		
14:00 -14:45	CONTE (GYM)		CONTE (GUARDERIA)		
14:45 -15:45	TALLER (CÀTERING)		PISCINA CURSET		
15:45 -16:15	PISCINA CURSET		TALLER (CÀTERING)		
16:15 -17:15	DUTXA	HIP-HOP	DUTXA	HIP-HOP	
17:15	BERENAR		BERENAR		
18:00	SORTIDA		SORTIDA		

Campus Laiestiu 2023

Horari GRUP 1-2					
	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
09:15 -10:15	TENNIS	TENNIS	TENNIS	EXCURSIÓ	TENNIS
10:15 -11:15	PATINATGE (PISTA SOCIAL)	ESPORTS (PISTA SOCIAL)	PATINATGE (PISTA SOCIAL)		ESPORTS (PISTA SOCIAL)
11:15 -12:15	PISCINA	PISCINA	PISCINA		PISCINA
12:15 -13:15	DINAR	DINAR	DINAR		DINAR
13:15 -14:00	DESCANS (FRONTÓN)	DESCANS (FRONTÓN)	DESCANS (FRONTÓN)		DESCANS (FRONTÓN)
14:00 -14:30	ANGLÈS (SALÓ SOCIAL)	HIP-HOP (GIMNÀS)	ANGLÈS (SALÓ SOCIAL)		HIP-HOP (GIMNÀS)
14:30 -15:00	JOCS en ANGLÈS	JOCS en ANGLÈS	JOCS en ANGLÈS		JOCS en ANGLÈS
15:00 -15:45	PISCINA	PISCINA	PISCINA		PISCINA
15:45 -16:45	TALLERS (CATÈRING)	TALLERS (CATÈRING)	TALLERS (CATÈRING)		TALLERS (CATÈRING)
16:45 -17:30	DUTXA	DUTXA	DUTXA		DUTXA
17:30	BERENAR	BERENAR	BERENAR		BERENAR
18:00	SORTIDA	SORTIDA	SORTIDA		SORTIDA

Campus Laiestiu 2023

Horari GRUP 3-4					
	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
09:15 -10:15	ESPORTS (FRONTÓN)	ESPORTS (FRONTÓN)	ESPORTS (FRONTÓN)	EXCURSIÓ	ESPORTS (FRONTÓN)
10:15 -11:15	TENNIS	TENNIS	TENNIS		TENNIS
11:15 -12:15	PATINATGE (PISTA SOCIAL)	PATINATGE (PISTA SOCIAL)	PATINATGE (PISTA SOCIAL)		PATINATGE (PISTA SOCIAL)
12:15 -13:15	PISCINA	PISCINA	PISCINA		PISCINA
13:15 -14:00	DINAR	DINAR	DINAR		DINAR
14:00 -14:30	DESCANS (GESPA)	DESCANS (GESPA)	DESCANS (GESPA)		DESCANS (GESPA)
14:30 -15:30	ANGLÈS (SALÓ SOCIAL)	HIP-HOP (GIMNÀS)	ANGLÈS (SALÓ SOCIAL)		HIP-HOP (GIMNÀS)
15:45 -16:30	PISCINA	PISCINA	PISCINA		PISCINA
16:30 -17:00	TALLERS (CATÈRING)	TALLERS (CATÈRING)	TALLERS (CATÈRING)		TALLERS (CATÈRING)
17:00 -17:30	DUTXA	DUTXA	DUTXA		DUTXA
17:30	BERENAR	BERENAR	BERENAR		BERENAR
18:00	SORTIDA	SORTIDA	SORTIDA		SORTIDA

Campus Laiestiu 2023

Horari GRUP 5-6					
	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
09:15 -10:15	ESPORTS ALTERNATIUS (FUTBOL SALA)	ESPORTS ALTERNATIUS (FUTBOL SALA)	ESPORTS ALTERNATIUS (FUTBOL SALA)	EXCURSIÓ	ESPORTS ALTERNATIUS (FUTBOL SALA)
10:15 -11:15	PATINATGE (HOQUEI)	JOCS (PISTA SOCIAL)	PATINATGE (HOQUEI)		PATINATGE (HOQUEI)
11:15 -12:15	PISCINA	PISCINA	PISCINA		PISCINA
12:15 -13:15	TENNIS	TENNIS	TENNIS		TENNIS
13:15 -14:00	DINAR	DINAR	DINAR		DINAR
14:00 -14:30	DESCANS (FRONTÓN)	DESCANS (FRONTÓN)	DESCANS (FRONTÓN)		DESCANS (FRONTÓN)
14:30 -15:30	HIP-HOP (PISTA SOCIAL)	ANGLÈS (SALÓ SOCIAL)	HIP-HOP (PISTA SOCIAL)		ANGLÈS (SALÓ SOCIAL)
15:30 -16:30	JOCS LÚDICS (FRONTÓN)	JOCS LÚDICS (FRONTÓN)	JOCS LÚDICS (FRONTÓN)		JOCS LÚDICS (FRONTÓN)
16:30 -17:00	PISCINA	PISCINA	PISCINA		PISCINA
17:00 -17:30	DUTXA	DUTXA	DUTXA		DUTXA
17:30	BERENAR	BERENAR	BERENAR		BERENAR
18:00	SORTIDA	SORTIDA	SORTIDA		SORTIDA

Campus Laiestiu 2023

	Horari GRUP 7-8								
	DILLUNS		DIMARTS		DIMECRES		DIJOUS EXCURSIÓ	DIVENDRES	
09:15 -10:15	TENNIS/PÀDEL		TENNIS/PÀDEL		TENNIS/PÀDEL			TENNIS/PÀDEL	
10:15 -11:15	PISCINA		PISCINA		PISCINA			PISCINA	
11:15 -12:15	PATINATGE (HOQUEI)		PATINATGE (HOQUEI)		PATINATGE (HOQUEI)			PATINATGE (HOQUEI)	
12:15 -13:15	ESPORTS ALTERNATIUS (FUTBOL SALA)		ESPORTS ALTERNATIUS (FUTBOL SALA)		ESPORTS ALTERNATIUS (FUTBOL SALA)			ESPORTS ALTERNATIUS (FUTBOL SALA)	
13:15 -14:00	PISCINA		PISCINA		PISCINA			PISCINA	
14:00 -14:45	DINAR		DINAR		DINAR			DINAR	
14:45 -15:30	DESCANS (FRONTÓN)		DESCANS (FRONTÓN)		DESCANS (FRONTÓN)			DESCANS (FRONTÓN)	
15:30 -16:30	ANGLÈS (S.SOCIAL)	ESPORTS (FUTBOL)	HIP-HOP (P.SOCIAL)	JOCS ANGLES (FUTBOL)	ANGLÈS (S.SOCIAL)	ESPORTS (FUTBOL)		HIP-HOP (P.SOCIAL)	JOCS ANGLES (FUTBOL)
16:30 -17:00	PISCINA		PISCINA		PISCINA			PISCINA	
17:00 -17:30	DUTXA		DUTXA		DUTXA			DUTXA	
17:30	BERENAR		BERENAR		BERENAR			BERENAR	
18:00	SORTIDA		SORTIDA		SORTIDA		SORTIDA		

Campus Laiestiu 2023

	Horari GRUP 9-10								
	DILLUNS		DIMARTS		DIMECRES		DIJOUS	DIVENDRES	
09:15 -10:15	PISCINA		PISCINA		PISCINA		EXCURSIÓ	PISCINA	
10:15 -11:15	ESPORTS ALTERNATIUS (FUTBOL SALA)		ESPORTS ALTERNATIUS (FUTBOL SALA)		ESPORTS ALTERNATIUS (FUTBOL SALA)			ESPORTS ALTERNATIUS (FUTBOL SALA)	
11:15 -12:15	TENNIS/PÀDEL		TENNIS/PÀDEL		TENNIS/PÀDEL			TENNIS/PÀDEL	
12:15 -13:15	PATINATGE (HOQUEI i PISTA SOCIAL)		PATINATGE (HOQUEI i PISTA SOCIAL)		PATINATGE (HOQUEI i PISTA SOCIAL)			PATINATGE (HOQUEI i PISTA SOCIAL)	
13:15 -14:00	PISCINA		PISCINA		PISCINA			PISCINA	
14:00 -14:45	DINAR		DINAR		DINAR			DINAR	
14:45 -15:30	DESCANS (FRONTÓN)		DESCANS (FRONTÓN)		DESCANS (FRONTÓN)			DESCANS (FRONTÓN)	
15:30 -16:30	HIP-HOP (P.SOCIAL)	ESPORTS (HOQUEI)	ANGLÈS (S.SOCIAL)	ESPORTS (HOQUEI)	HIP-HOP (P.SOCIAL)	ESPORTS (HOQUEI)		ANGLÈS (S.SOCIAL)	ESPORTS (HOQUEI)
16:30 -17:00	JOCS LÚDIC (FUTBOL SALA)		JOCS LÚDIC (FUTBOL SALA)		JOCS LÚDIC (FUTBOL SALA)			JOCS LÚDIC (FUTBOL SALA)	
17:00 -17:30	PISCINA		PISCINA		PISCINA			PISCINA	
17:30 - 18:00	DUTXA		DUTXA		DUTXA			DUTXA	
18:00	BERENAR i SORTIDA		BERENAR i SORTIDA		BERENAR i SORTIDA			BERENAR i SORTIDA	

Campus Laiestiu 2023

Què mengem?

Tindrem els menús del campus penjats en el taulell d'anuncis, a la web i us el farem arribar per correu electrònic una setmana abans de començar el campus.

Dilluns 26	Dimarts 27	Dimecres 28 juny	Dijous 29	Divendres 30
Arròs amb tomàquet Pollastre al forn Fruita	Amanida d'espíral Bacallà al forn amb guarnició Fruita	Ensaladilla rusa Mandoguilles a la cassola Fruita	Macarrons a la napolitana Truita de patates amb enciam i blat de moro logurt de la Fageda	Amanida de llenties Croquetes d'au amb enciam i pastanaga Fruita
Dilluns 3	Dimarts 4	Dimecres 5 juliol	Dijous 6	Divendres 7
Mongeta tendra i patata Lluç a l'andalusa amb tomàquet amanit Fruita	Amanida de pasta Pit de pollastre amb salsa de formatges Fruita	Arròs a la cubana Salsitxes amb xips Fruita	Fesolets amb tonyina i daus de tomàquet Truita de patates amb enciam logurt de la Fageda	Llacets a la carbonara Hamburguesa de llegum amb ketchup amb enciam i blat de moro Fruita
Dilluns 10	Dimarts 11	Dimecres 12 juliol	Dijous 13	Divendres 14
Arròs estil Oriental Gall d'indi a l'allet Fruita	Amanida de llegum Truita de patates amb amanida Fruita	Verdura al vapor Pollastre arrebossat amb tomàquet amanit Fruita	Espíral amb tomàquet i alfàbrega Bacallà a la llauna logurt de la fageda	Patates fredes Llom amb salsa de rostit Fruita
Dilluns 17	Dimarts 18	Dimecres 19 juliol	Dijous 20	Divendres 21
Macarrons a la napolitana Botifarra de Vic amb enciam amanit Fruita	Ensaladilla russa Bunyols de bacallà amb tomàquet amanit Fruita	Amanida de cigrons Truita de carbassó amb enciam Fruita	Amanida de llacets amb oli d'alfàbrega Pollastre rostit amb llet d'hortalisses logurt de la fageda	Arròs tropical Lluç al forn Fruita
Dilluns 24	Dimarts 25	Dimecres 26 juliol	Dijous 27	Divendres 28
Arròs amb tomàquet Llenguadina a l'andalusa amb enciam i blat de moro Fruita	Amanida italiana Truita de patata amb enciam i pastanaga Fruita	Amanida de llenties Pollastre a la manresaneta Fruita	Mongeta tendra i patata Croquetes amb tomàquet amanit logurt de la Fageda	Macarrons amb sofregit Hamburguesa amb panet Fruita

Al menú no hi ha precuinats (excepte les croquetes). Tots els plats són d'elaboració pròpia.

És un menú ric en hidrats per aportar l'energia necessària per afrontar el casal/estada.

Les fruites, en funció de l'estacionalitat i la disponibilitat, són: de temporada, properes, ecològiques o de producció integrada.

El pollastre és groc català, criat a granges catalanes i alimentat a base de cereals.

Les carns provenen de les granges de la Cooperativa de Vic. El porc és racça Duroc, que té una carn de més qualitat.

I els mesos d'Agost i Setembre?

Per tots aquells pares i mares que heu inscrits als vostres fills o filles als campus que durem a terme durant l'agost i el setembre, aquí hi ha una sèrie d'indicacions al respecte:

- **Dinàmica del campus:** serà la mateixa que al juliol.
- **Dates:** del dilluns 31 de juliol al divendres 1 de setembre.
- **Horaris:** varien respecte juliol, el campus finalitzarà a les 17:00h.
- **Acollida:** serà la mateixa de 7:45h. a 9:00h.
- **Aparcament:** la barrera d'entrada/sortida estarà oberta al matí.
- **Excursions:** les farem tots junts i el dia de la sortida serà dijous.
 - **Dijous 3 d'agost:** Sortida al parc aquàtic Aquadiver, situat a Platja d'Aro. Aquest dia tornarem a les 18:00h.
 - **Dijous 10 d'agost:** Sortida al parc aquàtic de Illa Fantasia. Aquest dia tornarem a les 18:00h.
 - **Dijous 17 d'agost:** Aquesta setmana, al ser festiu el dilluns 15, no realitzarem cap excursió.
 - **Dijous 24 d'agost:** Sortida al parc aquàtic Water World, situat a Lloret de Mar. Aquest dia tornarem a les 18:00h.
 - **Dijous 31 d'agost:** Sortida al Cosmocaixa de Barcelona. Aquest dia tornarem a les 17:00h.
- **Activitats:** seran les mateixes que al juliol però amb un ritme diferent. A l'agost i al setembre, el club està molt tranquil i ens adaptem bastant a les peticions dels nens i nenes que estan al campus.

** La direcció del Laiestiu es reserva el dret de variar els dies, els llocs i els grups de les excursions en funció de la quantitat d'inscrits que hi hagi al campus.*



@LaietaSportFamily



cel@laieta.cat



@clublaieta



@LaietaSportFamily

Pintor Ribalta, 2-8 / 08028 Barcelona / Tel. 93 448 63 50