

CAMPUS DE NAVIDAD
VILLA DE EJEA
2-5 ENERO 2008
(DIRECCIÓN HERMANOS GARCÍA)

PRIMER CAMPUS DE INVIERNO EN ARAGÓN

El objetivo de este primer campus de navidad es empezar el año pasando unos días de convivencia y diversión en un entorno atlético. Donde los entrenamientos se mezclaran con actividades de ocio, excursiones y otros deportes.

La elección de Ejea no es casual, ya que cuenta con unas instalaciones perfectas para este tipo de campus. La residencia y las instalaciones deportivas a utilizar están todas en la ciudad deportiva, en un mismo recinto, a pocos metros unas de otras.

Así, dispondremos de las pistas de atletismo y de un polideportivo adyacente que usaremos en función de las condiciones climatológicas. También tendremos a nuestra disposición la piscina cubierta, donde realizaremos varias actividades.



La dirección del Campus será llevada por los **Hermanos García** (Roberto y Carlos), atletas olímpicos que compartirán entrenamientos y experiencias con los jóvenes atletas.

También recibiremos la visita de la marchadora **Maria José Poves**, mundialista en Osaka, que impartirá una charla-entrenamiento con los jóvenes deportistas.

El resto del equipo, lo formaran jóvenes monitores especializados en atletismo y actividades de tiempo libre.

ALOJAMIENTO E INSTALACIONES

El **alojamiento** se realizará EL ALBERGUE EL VILLÉS en régimen de Pensión Completa, incluida merienda.

Dispone de amplios cuartos donde se dividirá a los deportistas en función de su edad, siendo supervisados por los monitores. A su vez tendremos a nuestra disposición sus instalaciones: Salón con TV/DVD, salas para charlas, bar...

Y lo más importante, esta al lado de las instalaciones deportivas.

Albergue el Villés

C/ Bomberos s/n (ciudad deportiva)

50600 Ejea de los Caballeros

Telef: 976 661157

www.segiatur.com/villes.php

Las instalaciones deportivas que vamos a utilizar, además del circuito de cross cercano, están todas en la **ciudad deportiva** junto al albergue. Estas son:

- **Circuito cross pinares EL BOALAR**
- **Pistas de atletismo 300 mtrs sintético**
- **Piscina cubierta 25 mtrs**
- **Polideportivo-Frontón cubierto**

www.aytoejea.es/areas/deportes/?pg=ciudaddeportiva



EDADES

Dividiremos el campus en dos módulos según edades y trabajaremos de forma diferente en cada uno:

MODULO 1: Deportistas de 8 a 12 años-- Trabajaremos de forma multidisciplinar atletismo divertido.

MODULO 2: Deportistas de 13 a 16 años—Nos centraremos en carreras (velocidad, vallas, medio-fondo y fondo) y marcha (*)

(*) Debido a las condiciones climáticas con los mas mayores no entrenaremos lanzamientos y saltos verticales. Por no poder garantizar unas condiciones optimas para realizarlos.

ACTIVIDADES

Las sesiones de entrenamiento las realizaremos de una forma amena y divertida, siempre por la mañana aprovechando la mejor temperatura. Y en función del frío que haga trabajaremos en el Polideportivo cubierto, sobre todo con los mas pequeños.

Después de cada sesión iremos a la piscina cubierta donde realizaremos actividades y habrá tiempo libre para relajarse.

Las tardes las destinaremos a hacer un par de visitas guiadas por Ejea y por Sos del Rey Católico. Además de actividades de ocio y talleres dirigidos por nuestros monitores.

La última jornada la dedicaremos a una competición de atletismo divertido por equipos con los mas pequeños y los mayores (modulo 2) realizaremos unos test suaves.



Cronograma previsto:

DIA 2-Enero:

Salida de Zaragoza 10:00
Llegada prevista 12:30
13.00-14.00 Distribución habitaciones
14.00 Comida
14.30-15.00 Tiempo Libre
15.00 INCORPORACIÓN EXTERNOS
15.00 Presentación de monitores, actividades y de atletas
16.00-17.30 Entrenamiento suave de conocimiento
17.30-19.30 Entrenamiento-charla MARIA JOSE POVES
20.00-20.30 Cena
20.30-22.00 Velada nocturna (externos a casa a las 22.00)

DIA 3-Enero:

8.30 Desayuno
10.00-12.00 Entrenamiento con HNOS GARCÍA
12.00-13.00 Actividades piscina cubierta
13.30-14.00 Comida
14.00-15.30 Tiempo Libre
15.30-18.00 Gymkhana por Ejea
18.00-19.00 Tiempo libre-Amigo invisible
20.00-20.30 Cena
20.30-22.00 Velada Nocturna (externos a casa a las 22.00)

DIA 4-Enero:

8.30 Desayuno
10.00-12.00 Entrenamiento Pistas (test)
12.00-13.00 Piscina cubierta (Aqua-runing)
13.30-14.00 Comida
14.00-15.00 Tiempo Libre
15.00-18.30 Excursión Sos y Uncastillo
19.00-20.00 Preparación Fiesta final Amigo Invisible
20.00-22.00 CENA-FIESTA Final

DIA 5-Enero:

8.30 Desayuno
9.30-11.00 Atletismo divertido(pequeños) - Test de Campo
Degustación del Roscón de reyes y despedida
11.30 Salida Autobús Zaragoza
13.00 Llegada prevista a Zaragoza

PRECIOS

- Interno: 100 Euros.
- Externo: 55 Euros (comida y cena)

(*)Limite de plazas 60 deportistas entre internos y externos

INCLUYE

- Alojamiento y manutención.
- Desplazamiento (autobús desde Zaragoza parando a recoger por los pueblos del itinerario).
- Entrenamientos dirigidos y tutelados por monitores especializados en atletismo.
- Control de actividades y régimen por personal cualificado y con experiencia.
- Utilización de material e instalaciones.
- Entradas a las instalaciones.
- Excursiones y visitas guiadas
- Material deportivo.
- Sorteo de regalos.

INFORMACIÓN

Enlace en: www.atletismoaragones.org

Enlace en: www.avtoejea.es

Para consultas:

campusejea@hotmail.com

Teléfono: 679465638

Federación Aragonesa de Atletismo

C/ Padre Marcellan 15 50018 Zaragoza

Teléfono: 976 730 250

INSCRIPCIONES:

Apartado de correos 6069 C.P: 50007 Zaragoza

Federación Aragonesa de Atletismo

C/ Padre Marcellan 15 50018 Zaragoza

Teléfono: 976 730 250

Para externos y en mano (con justificante bancario):

Ayuntamiento de Ejea de los Caballeros

Avda Cosculluela 1

Servicio de deportes

PATROCINADORES



COLABORADORES



BOLETÍN DE INSCRIPCIÓN

CAMPUS DE NAVIDAD VILLA DE EJEA

EJEA DE LOS CABALLEROS, Del 2 al 5 de Enero

Datos del alumno/a

Apellidos _____

Nombre _____

Domicilio _____

Localidad _____ CP _____

Teléfono _____

Fecha de Nacimiento _____ Talla _____

Autorización

D. _____

en su calidad de padre, madre o tutor legal del alumno/a, autoriza a su hijo/a tutelado a viajar y asistir al Campus de Navidad Villa de Ejea.

Fdo.: _____

D.N.I.: _____

Teléfonos de contacto:

1º _____

2º _____

Email _____

Domiciliación bancaria:

Los alumnos deberán abonar en el siguiente N° de cuenta 2086-0007-48-07-000214-83 adjuntando resguardo a una de las siguientes direcciones, junto con el presente Boletín:

- Apartado 6069 C.P: 50007 Zaragoza
- Federación Aragonesa de Atletismo
C/ Padre Marcellan 15 C.P. 50018