

28 i 29 d'abril 2010



Organitza:



Ajuntament de Barcelona  
Institut Barcelona Esports

FESS LA SALLE  
ESCALADA

## Context

---

Fa sis anys que La Salle va inaugurar el seu rocòdrom ubicat dins el centre de Fitness Fess La Salle i fa sis anys que organitza una competició popular de bloc i una competició federativa dins el marc de la setmana de festes de La Salle.

Enguany es realitzarà la sisena edició de l'Open Bloc Fess-tival, la segona prova de la Copa Catalana d'Escalada de Catalunya i, com a novetat, també se celebrarà la primera edició de l'Open Escolar d'Escalada. L'any passat l'Open d'escalada va tenir una participació de més de 400 escaladors i es va consolidar com una de les competicions amb més participants de l'Estat.



Aquest any hem posat especial dedicació a l'Open escolar, ja que és el primer cop que se celebra un esdeveniment similar a Barcelona i creiem fermament que el futur de tots els esports es troba en els joves.

# US HI ESPEREM!!



## Objectius que es volen assolir

- Descobrir l'habilitat motriu de l'escalada.
- Practicar diferents esports que inclouen l'escalada com a eix.
- Conèixer els diferents materials propis dels esports d'escalada i els seus usos.
- Incidir en els aspectes més ambientals i humans com és el respecte per l'entorn natural i la sostenibilitat.
- Gaudir d'un dia d'esport en un entorn nou, educatiu i lúdic.



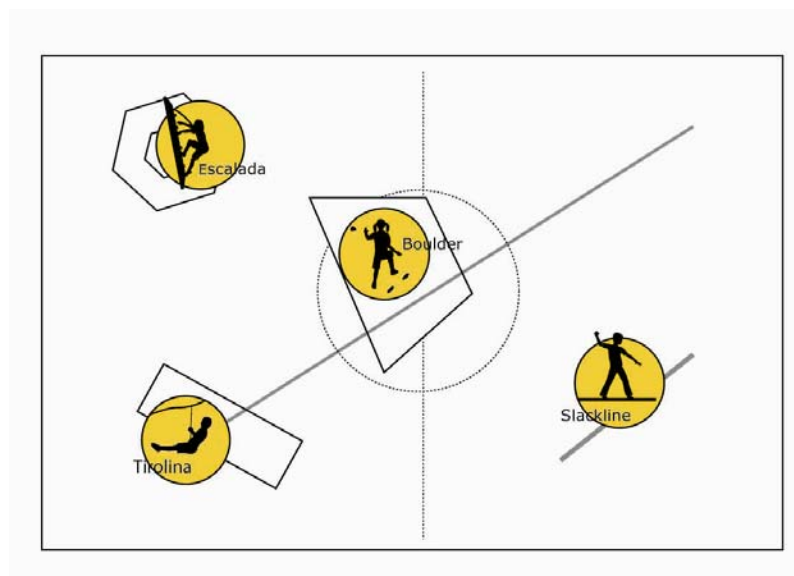


## Descripció de l'activitat



El primer Open Escolar d'Escalada és una jornada educativa i recreativa que té com a finalitat principal mostrar a infants i joves l'activitat fisicoesportiva de l'escalada i les seves vessants. Durant la sessió matinal, els alumnes podran experimentar tot un seguit d'activitats en què treballaran un ampli ventall d'habilitats motrius i qualitats físiques bàsiques pròpies d'aquest esport.

Els alumnes es repartiran en 6 activitats diferents i aniran rotant per tal de provar-les totes. Cada activitat durarà 20 minuts i es formaran grups de 8 a 10 persones per activitat per tal de garantir la màxima participació i la màxima seguretat i individualització en l'aprenentatge.



# Descripció de les activitats

---

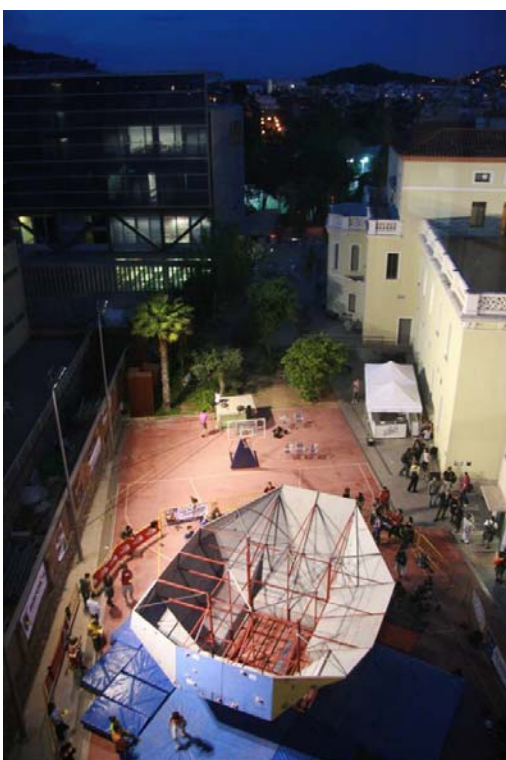
## 1 Escalada en rocòdrom

En el rocòdrom que la Federació ha cedit per a l'ocasió, els infants i joves practican l'escalada en vertical, fent ús de les alçades (7 m). En tot moment, els nostres tècnics els asseguraran amb cordes.



## 2 i 3 Escalada en bloc *indoor* i *outdoor*

Tant en el bloc *outdoor* com en l'*indoor*, els participants podran experimentar els desplaçaments en horitzontal sense fer ús de les alçades. L'element de seguretat serà un bon matalàs. Aquesta activitat és molt adient per aprendre i practicar els diferents recursos tècnics de l'escalada.



#### 4 Tirolina

En aquesta activitat els alumnes experimentaran la seguretat i l'ús dels materials, i gaudiran d'una sensació única. Aquest taller és a càrrec de l'empresa Korda's.



<http://www.sacidkordas.com/>

#### 5 Slackline



Es tracta de la tradicional corda fluixa o de funambulisme. Els alumnes treballaran l'equilibri i la propiopercepció i aprendran a col·locar el seu centre de gravetat en una situació de desequilibri. És un taller a càrrec dels professionals de Gibbon Slacklines



#### 6 Taller de sostenibilitat, natura i nusos

Un espai creat per transmetre el respecte per l'entorn natural i el medi ambient. A més a més, s'aprendran a realitzar els nusos principals del món de l'escalada. És un taller a càrrec de l'Associació d'Escalada Sostenible



<http://escaladasostenible.blogspot.com>



## Preu

---

L'activitat és **gratuïta** pels alumnes de 5è i 6è de primària de les escoles de Barcelona, ja que està subvencionada per l'Ajuntament de Barcelona. Per la resta el cost és de 6€ per alumne.



## Què cal portar?

---

- Vestuari esportiu
- Esmorzar
- Calçat esportiu ajustat



## Horaris i inscripcions

---

L'activitat s'organitza en 4 tornos:

**Dia 28 d'abril** de 9.00 a 11.30 h o de 11.30 h a 14.00 h

**Dia 29 d'abril** de 9.00 a 11.30 h o de 11.30 h a 14.00 h

La inscripció dels grups d'alumnes s'ha de fer abans del 23 d'abril del 2010. L'Open disposa d'un total de 200 places dividides en quatre tornos que s'expliquen a continuació. L'organització tindrà en compte l'ordre d'inscripció i el nombre d'alumnes. Hi ha un màxim de 50 places per escola/centre.

Dies hores	28 abril dimecres	29 abril dijous
9.00 - 11.30 (primer torn)	<b>Grup A</b>	<b>Grup C</b>
11.30 – 14.00 (segon torn)	<b>Grup B</b>	<b>Grup D</b>

Cada centre haurà d'ordenar per ordre de preferència l'horari que millor s'ajusti a les seves necessitats en el full d'inscripció.

### Per a la inscripció:

Cal emplenar el formulari d'inscripció al final del document i enviar-lo a:

[joliveras@fess.url.edu](mailto:joliveras@fess.url.edu)

Un cop enviada la sol·licitud, l'organització de l'Open escolar donarà una primera resposta per confirmar que s'ha rebut correctament i, un cop tancades les inscripcions, comunicarà el resultat a tots els que ho hagin sol·licitat. Per a més informació, podeu contactar amb:

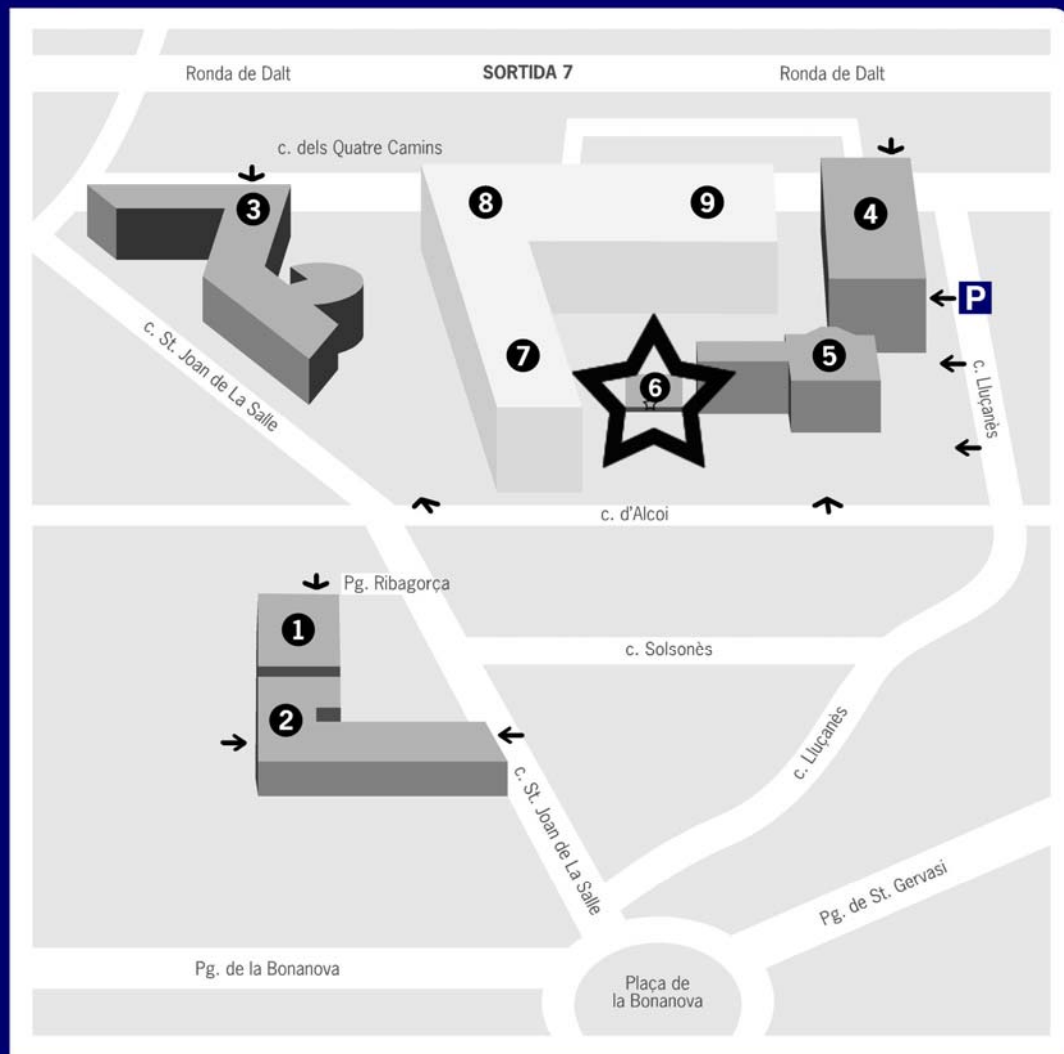
**Jaume Oliveras** - FESS La Salle

93 290 24 78 (De dl. a dj. de 18.00 a 21.00 h)

[joliveras@fess.salle.url.edu](mailto:joliveras@fess.salle.url.edu)



## Com arribar-hi:



### EDIFICIS CAMPUS LA SALLE

- |                      |                                     |
|----------------------|-------------------------------------|
| 1. La Salle          | 6. Centre de Fitness i Esports FESS |
| 2. Sant Jordi        | 7. Sant Miquel Febres               |
| 3. Sant Josep        | 8. Noves Instal·lacions             |
| 4. Sant Jaume Hilari | 9. Noves Instal·lacions             |
| 5. Lluçanès          |                                     |

### COM ARRIBAR-HI

- |  |   |
|--|---|
|  (FCG) Tibidabo |  (Taxi) Pç. Bonanova   |
|  (FCG) Sarrià   |  (Autobús)<br>14, 22, 58, 64, 73, 75,<br>85, NB, Bus Barri 123 |

# Full d'inscripció

## 1r Open Escolar d'Escalada

### Dades que cal emplenar:

- Nom del centre:
- Professor responsable de l'activitat:
- Telèfon de contacte:
- Adreça electrònica de contacte:
- Nombre d'alumnes:
- Curs dels alumnes:
  
- Ordenar els torns segons la conveniència del centre:

1 = màxima preferència - 4 = mínima preferència

	28 d'abril 9.00 a 11.30 h
	28 d'abril 11.30 a 14.00 h
	29 d'abril 9.00 a 11.30 h
	29 d'abril 11.30 a 14.00 h

Per realitzar la inscripció, cal emplenar-la i enviar-la al correu: [joliveras@fess.salle.url.edu](mailto:joliveras@fess.salle.url.edu)

Un cop enviada la sol·licitud, l'organització de l'Open escolar donarà una primera resposta per confirmar que s'ha rebut correctament i, un cop tancades les inscripcions, comunicarà el resultat a tots els que ho hagin sol·licitat.

Per a més informació podeu contactar amb:

**Jaume Oliveras** - FESS La Salle  
93 290 24 78 (De dl. a dj. de 18.00 a 21.00 h)  
[joliveras@fess.salle.url.edu](mailto:joliveras@fess.salle.url.edu)



Amb el patrocini de:

---



VÈRTIC  
verticoutdoor.com



korda's  
you enjoy... we think



GARGOLA



Amb el suport de:

---

EDELRID



THE SPIRIT OF  
MOUNTAIN SPORTS



THE  
NORTH  
FACE



INESCA



ANETO  
100% NATURAL



FREE FLOCKS  
muntanya i esquí



www.top20climbingwalls.com

