

1. ACTIVITATS FISICOESPORTIVES

DURADA DE LES ACTIVITATS:

- PERSONES MAJORS: 23 de juny a l'1 d'agost
- POBLACIÓ GENERAL: 23 de juny a l'1 d'agost
- ACTIVITATS NÀUTIQUES: 30 de juny a l'1 d'agost

DADES D'INTERÉS:

QUÈ?	QUAN?				
PRESENTACIÓ DE LA CAMPANYA	30 de maig				
RESERVA (PREINSCRIPCIONS)	RESERVA DE PLAÇA https://www.hj-crono.es/ del 31 de maig al 3 de juny				
	RESERVA PRESENCIAL (Només activitats per a persones majors)				
	LLOC	DIES	HORARI	ESPAI	CONTACTE
	Ajuntament	2 i 3 de juny	10.00 – 13.00 h	Servei Municipal d'Esports	964 470 050
SORTEIG	4 de juny				
LLISTES PROVISIONALS	4 de juny (a partir de les 14.00 h en https://www.ajuntamentdebenicarlo.org)				
INCIDÈNCIES I CANVIS DE GRUPS	4 i 5 de juny CORREU: esports@benicarlo.org				
LLISTES DEFINITIVES	9 de juny				
TERMINI DE PAGAMENTS	9 al 12 de juny				
	Opció pagament presencial per a persones majors 16 h a 18 h a l'OAC (Plaça del Doctor Pera)				
FORMA DE PAGAMENT ÚNICAMENT L'ALUMNAT ADMÉS	Opció A (presencial a l'Ajuntament només per a persones majors)				
	1. Autoliquidació i pagament a l'OAC				
	Opció B (telemàtic)				
	1. Autoliquidació: A través del portal tributari del Ajuntament de Benicarló. 2. Envieu justificants a esports@benicarlo.org 3. Si no es formalitza el pagament de la plaça en el termini establert, aquesta s'oferirà a la resta de persones interessades.				
INICI D'ACTIVITATS	Persones majors i població general: 23 de juny Activitats aquàtiques: 30 de juny				

CALENDARI ESTIU ESPORTIU 2025

*Els dies en blanc són els que s'impartiran activitats

JUNY						
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

JULIOL						
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

AGOST						
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28			

- ACTIVITATS D'INTENSITAT BAIXA *
- ACTIVITATS D'INTENSITAT MITJANA **
- ACTIVITATS D'INTENSITAT MITJANA-ALTA ***
- ACTIVITATS D'INTENSITAT ALTA ****

1. ACTIVITATS PER A PERSONES MAJORS (del 23 de juny a l'1 d'agost 2025)

FORÇA I CONDICIONAMENT +55 ANYS							
INTENSITAT	EDATS	DIES	HORES	LLOC	OBSERVACIONS	QUOTA	PLACES
MITJANA	Nascuts entre 1961 i 1970	Dilluns i dimecres	7:30 a 8:30	Pistes d'Atletisme (gimnàs portàtil)	Cal portar-hi tovallola i aigua	22 €	20

FORÇA I CONDICIONAMENT +65 ANYS							
INTENSITAT	EDATS	DIES	HORES	LLOC	OBSERVACIONS	QUOTA	PLACES
MITJANA	Nascuts entre 1951 i 1960	Dimarts i dijous	7:30 a 8:30	Pistes d'Atletisme (gimnàs portàtil)	Cal portar-hi tovallola i aigua	22 €	20

FORÇA I CONDICIONAMENT +75 ANYS							
INTENSITAT	EDATS	DIES	HORES	LLOC	OBSERVACIONS	QUOTA	PLACES
BAIXA	Nascuts fins a 1950	Dilluns i dimecres	8:30 a 9:30	Pistes d'Atletisme (gimnàs portàtil)	Cal portar-hi tovallola i aigua	22 €	20

MOBILITAT I ESTIRAMENTS +65 ANYS							
INTENSITAT	EDATS	DIES	HORES	LLOC	OBSERVACIONS	QUOTA	PLACES
BAIXA	Nascuts fins a 1965	Dimarts i dijous	8:30 a 9:30	Pistes d'Atletisme (gimnàs portàtil)	Cal portar-hi tovallola i aigua	22 €	20

2. ACTIVITATS PER A LA POBLACIÓ GENERAL (del 23 de juny a l'1 d'agost 2025)

FIT PLATJA (del 23 de juny a l'1 d'agost)							
INTENSITAT	EDATS	DIES	HORES	LLOC	OBSERVACIONS	QUOTA	PLACES
BAIXA	A partir de 50 anys	De dilluns a divendres	9:00 – 10:00	Platja del Morrongo	Cal firmar una declaració jurada	Gratuïta	50

CUBBÀ (del 23 de juny a l'1 d'agost)							
INTENSITAT	EDATS	DIES	HORES	LLOC	OBSERVACIONS	QUOTA	PLACES
MITJANA-ALTA	A partir de 18 anys	Dilluns i dimecres	19:30 a 20:30	Pistes d'Atletisme (gimnàs portàtil)	Cal portar-hi tovallola i aigua	22 €	20

PILATES (del 23 de juny a l'1 d'agost)							
INTENSITAT	EDATS	DIES	HORES	LLOC	OBSERVACIONS	QUOTA	PLACES
MITJANA	A partir de 18 anys	Dilluns i dimecres	20:30 a 21:30	Pistes d'Atletisme (gimnàs portàtil)	Cal portar-hi tovallola i aigua	22 €	20

STEP (del 23 de juny a l'1 d'agost)							
INTENSITAT	EDATS	DIES	HORES	LLOC	OBSERVACIONS	QUOTA	PLACES
MITJANA-ALTA	A partir de 18 anys	Dimarts i dijous	19:30 a 20:30	Pistes d'Atletisme (gimnàs portàtil)	Cal portar-hi tovallola i aigua	22 €	20

IOGA (del 23 de juny a l'1 d'agost)							
INTENSITAT	EDATS	DIES	HORES	LLOC	OBSERVACIONS	QUOTA	PLACES
BAIXA	A partir de 18 anys	Dimarts i dijous	20:30 a 21:30	Pistes d'Atletisme (gimnàs portàtil)	Cal portar-hi tovallola i aigua	22 €	20

3. ACTIVITATS AQUÀTIQUES – CAIAC, VELA LLEUGERA I SURF DE REM: (del 30 de juny a l'1 d'agost 2025)

TORN 1 – Del 30 de juny fins al 4 de juliol							
INTENSITAT	EDATS	DATES	HORES	LLOC	OBSERVACIONS	QUOTA	PLACES
MITJANA	Nascuts en el 2009 i 2010	Dilluns a divendres	10:00 a 13:00	PORT ESPORTIU	Llegiu la normativa	22 €	15

TORN 2 – Del 30 de juny fins al 4 de juliol							
INTENSITAT	EDATS	DATES	HORES	LLOC	OBSERVACIONS	QUOTA	PLACES
MITJANA	Nascuts en el 2007 i 2008	Dilluns a divendres	17:00 a 19:00	PORT ESPORTIU	Llegiu la normativa	22 €	15

TORN 3 – Del 7 a l'11 de juliol							
INTENSITAT	EDATS	DATES	HORES	LLOC	OBSERVACIONS	QUOTA	PLACES
MITJANA	Nascuts en el 2009 i 2010	Dilluns a divendres	10:00 a 13:00	PORT ESPORTIU	Llegiu la normativa	22 €	15

TORN 4 – Del 7 a l'11 de juliol							
INTENSITAT	EDATS	DATES	HORES	LLOC	OBSERVACIONS	QUOTA	PLACES
MITJANA	Nascuts en el 2007 i 2008	Dilluns a divendres	17:00 a 19:00	PORT ESPORTIU	Llegiu la normativa	22 €	15

TORN 5 – Del 14 al 18 de juliol							
INTENSITAT	EDATS	DATES	HORES	LLOC	OBSERVACIONS	QUOTA	PLACES
MITJANA	Nascuts en el 2009 i 2010	Dilluns a divendres	10:00 a 13:00	PORT ESPORTIU	Llegiu la normativa	22 €	15

TORN 6 – Del 14 al 18 de juliol							
INTENSITAT	EDATS	DATES	HORES	LLOC	OBSERVACIONS	QUOTA	PLACES

MITJANA	Nascuts en el 2007 i 2008	Dilluns a divendres	17:00 a 19:00	PORT ESPORTIU	Llegiu la normativa	22 €	15
---------	---------------------------	---------------------	---------------	---------------	---------------------	------	----

TORN 7 – Del 21 al 25 de juliol							
INTENSITAT	EDATS	DATES	HORES	LLOC	OBSERVACIONS	QUOTA	PLACES
MITJANA	Nascuts en el 2009 i 2010	Dilluns a divendres	10:00 a 13:00	PORT ESPORTIU	Llegiu la normativa	22 €	15

TORN 8 – Del 21 al 25 de juliol							
INTENSITAT	EDATS	DATES	HORES	LLOC	OBSERVACIONS	QUOTA	PLACES
MITJANA	Nascuts en el 2007 i 2008	Dilluns a divendres	17:00 a 19:00	PORT ESPORTIU	Llegiu la normativa	22 €	15

TORN 9– Del 28 de juliol a l'1 d'agost							
INTENSITAT	EDATS	DATES	HORES	LLOC	OBSERVACIONS	QUOTA	PLACES
MITJANA	Nascuts en el 2009 i 2010	Dilluns a divendres	10:00 a 13:00	PORT ESPORTIU	Llegiu la normativa	22 €	15

TORN 10 – Del 28 de juliol a l'1 d'agost							
INTENSITAT	EDATS	DATES	HORES	LLOC	OBSERVACIONS	QUOTA	PLACES
MITJANA	Nascuts en el 2007 i 2008	Dilluns a divendres	17:00 a 19:00	PORT ESPORTIU	Llegiu la normativa	22 €	15

NORMATIVA DE PARTICIPACIÓ PER A PERSONES MAJORS I POBLACIÓ GENERAL

CONSIDERACIONS GENERALS SOBRE LES INSCRIPCIONS:

1. **Cada persona només podrà inscriure a UNA activitat com a màxim, a excepció del Fit Platja.** En cas d'inscriure's en més d'una activitat, només es tindrà en compte, a efectes de preinscripció, la primera. No obstant això, la inscripció al Fit Platja sí que pot combinar-se amb una altra inscripció, ja que es tracta d'una activitat oberta i gratuïta.
2. La normativa de participació en la Campanya Esportiva Municipal d'Estiu està supeditada a les directrius i recomanacions que la Generalitat Valenciana aprobe en cada moment. Per tant, l'Ajuntament de Benicarló podrà variar, alterar, modificar o suprimir qualssevol de les normes de funcionament per a afavorir el compliment de la normativa vigent.
3. No es farà reserva de places per endavant.
4. Les sessions tindran una **durada de 50 minuts** per a complir amb els protocols, recomanacions preventives vigents i torns de neteja.

LLISTES DE PERSONES ADMESES:

1. El fet d'emplenar la PREINSCRIPCIÓ no dona dret automàtic a plaça en les activitats.
2. Per a aquelles activitats amb aforament limitat, es farà (si escau) un sorteig d'adjudicació. Aquest sorteig consistirà a escollir una lletra de tall, que marcarà les places assignades per grup.
3. Cada activitat comptarà amb una llista de persones admeses.

FORMA I TERMINI DE PAGAMENTS:

1. Una vegada l'usuari/ària siga admès/esa i aparega en les llistes definitives, ha de fer el pagament de la matrícula mitjançant una autoliquidació a través del portal tributari de l'Ajuntament de Benicarló.
2. En el cas de les persones majors, s'habilitarà un termini per a poder fer-ne els pagaments a l'Oficina d'Atenció al Ciutadà.
3. El justificant de pagament s'ha d'enviar per correu electrònic a esports@benicarlo.org.
4. Existeix un únic termini de pagament. Les persones admeses que no abonon el pagament de matrícula dins d'aquest termini perdran el seu lloc a la llista d'admesos i s'entendrà que renuncien a la plaça.
5. Les persones que no siguen admeses per falta de places en les activitats passaran a llistes d'espera.

PLACES VACANTS:

1. Les noves places s'adjudicaran per rigorós ordre de petició a les persones que es troben en llista d'espera.
2. Si una activitat no arriba a la ràtio mínima (12 persones), la Regidoria d'Esports podrà oferir places a les persones admeses en altres activitats amb vacants. En cas de no arribar al mínim, l'Ajuntament es reserva el dret de suspendre l'activitat.

PROTECCIÓ DE DADES PERSONALS:

1. La falsificació de signatures, dades o informació de la persona participant, comportarà automàticament la baixa en l'activitat. De la mateixa forma, per motius d'assegurança esportiva i no duplictat de dades, qualsevol preinscripció amb dades falses, incorrectes o errades, pot ser desestimada, fins i tot, després d'haver sigut acceptada. Les dades que s'indiquen en el registre són responsabilitat de la persona adulta que fa la reserva.
2. D'acord amb la normativa de protecció de dades de caràcter personal, la Regidoria d'Esports us fa saber que les vostres dades personals s'inclouran en un fitxer amb titularitat de la Regidoria d'Esports amb la finalitat exclusiva de la gestió interna de les activitats organitzades. Teniu la possibilitat d'accedir-hi, rectificar-les, cancel·lar-les i oposar-vos-hi, tal com es preveu en aquesta llei, mitjançant una sol·licitud dirigida a la Regidoria d'Esports (c. de Ferreres Bretó, 10. 12580. Benicarló).

INFORMACIÓ SOBRE L'ESTAT DE SALUT DE LA PERSONA PARTICIPANT:

1. La Regidoria d'Esports pot sol·licitar l'informe mèdic o qualsevol altre certificat que acredite la situació especial de salut de la persona participant.
2. La no aportació de l'esmentat informe o certificat, sense motiu justificat, pot comportar la baixa en el programa.
3. En tot cas, es recomana passar prèviament una revisió mèdica.
4. En cas de patir alguna al·lèrgia, malaltia o de necessitar medicació especial, s'ha de comunicar en el moment de la inscripció. En cas contrari, pot comportar la baixa automàtica del programa.
5. En l'imprés mèdic s'ha de fer constar qualsevol necessitat especial de la persona participant per a poder preveure reforços i/o adaptacions amb l'equip de monitors/es.

NORMATIVA DE PARTICIPACIÓ PER A LES ACTIVITATS NÀUTIQUES

CONSIDERACIONS GENERALS SOBRE LES INSCRIPCIONS:

1. No hi ha límit d'inscripció per torns.
2. La normativa de participació en la Campanya Esportiva Municipal d'Estiu està supeditada a les directrius i recomanacions que la Generalitat Valenciana aprobe en cada moment. Per tant, l'Ajuntament de Benicarló podrà variar, alterar, modificar o suprimir qualssevol de les normes de funcionament per a afavorir el compliment de la normativa vigent.
3. No es farà reserva de places per endavant.

LLISTES D'ADMESOS:

1. El fet d'emplenar la PREINSCRIPCIÓ no dona dret automàtic a plaça en les activitats.
2. Les activitats tenen un aforament limitat. Si la demanda supera l'oferta, es farà un sorteig d'adjudicació, que consistirà a escollir una lletra de tall per a determinar les places assignades per grup.
3. Cada activitat tindrà una llista de persones admeses.

FORMA I TERMINI DE PAGAMENTS:

1. Una vegada l'usuari/ària siga admès/esa i aparega en els llistats definitius, ha de fer el pagament de la matrícula mitjançant una autoliquidació a través del portal tributari de l'Ajuntament de Benicarló.
2. El justificant de pagament s'ha d'enviar per correu electrònic a esports@benicarlo.org.
3. Hi ha un únic termini de pagament. Les persones admeses que no abonon el pagament de matrícula dins d'aquest termini perdran el seu lloc a la llista de persones admeses i s'entendrà que renuncia a la plaça.
4. Les persones que no siguen admeses per falta de places en les activitats passaran a llista d'espera.

PLACES VACANTS:

1. Les noves places s'adjudicaran per rigorós ordre de petició a les persones que es troben en llista d'espera.
2. Si un torn no arriba a la ràtio mínima (8 persones), la Regidoria d'Esports podrà oferir places a les persones admeses en altres torns amb vacants o en llista d'espera. En cas de no arribar al mínim, l'Ajuntament es reserva el dret de suspendre l'activitat.

PROTECCIÓ DE DADES PERSONALS:

1. La falsificació de signatures, dades o informació de la persona participant, comportarà automàticament la baixa en l'activitat. De la mateixa forma, per motius d'assegurança esportiva i no duplicitat de dades, qualsevol preinscripció amb dades falses, incorrectes o errades, pot ser desestimada, fins i tot, després d'haver sigut acceptada. Les dades que s'indiquen en el registre són responsabilitat de la persona adulta que realitze la reserva.
2. D'acord amb la normativa de protecció de dades de caràcter personal, la Regidoria d'Esports us fa saber que les vostres dades personals s'inclouran en un fitxer amb titularitat de la Regidoria d'Esports amb la finalitat exclusiva de la gestió interna de les activitats organitzades. Teniu la possibilitat d'accedir-hi, rectificar-les, cancel·lar-les i oposar-vos-hi, tal com es preveu en aquesta llei, mitjançant una carta dirigida a la Regidoria d'Esports (c. de Ferreres Bretó, 10. 12580. Benicarló).

INFORMACIÓ SOBRE L'ESTAT DE SALUT DE LA PERSONA PARTICIPANT:

1. De conformitat amb les directrius de la Generalitat Valenciana, és obligatori que els pares, mares o tutors/ores legals dels menors firmen una declaració responsable i un full d'informació mèdica, que s'ha d'entregar obligatòriament.
2. La Regidoria d'Esports pot sol·licitar l'informe mèdic o qualsevol altre certificat que acredite la situació especial de salut de la persona participant.
3. La no aportació de l'esmentat informe o certificat, sense motiu justificat, pot comportar la baixa en el programa.
4. En tot cas, es recomana passar prèviament una revisió mèdica.
5. En cas de patir alguna al·lèrgia, malaltia o de necessitar medicació especial, s'ha de comunicar en el moment de la inscripció. En cas contrari, pot comportar la baixa automàtica del programa.
6. En l'imprés mèdic, els pares i les mares han de fer constar qualsevol necessitat especial de la persona participant per a poder preveure reforços i/o adaptacions amb l'equip de monitors/es.

MATERIALS I CONSIDERACIONS PER ALS ALUMNES:

1. Es recomana portar aigua i esmorzar en els torns de matí. En el torn de la vesprada, només aigua.
2. S'ha d'aplicar crema solar 30 minuts abans d'arribar a l'activitat i portar-la també a l'activitat per a poder aplicar-ne més dosis.
3. És obligatori portar roba de recanvi, ja que les activitats es fan al mar.
4. És obligatori portar banyador per a les activitats.
5. És obligatori portar tovallola per a eixugar-se.
6. Es recomanen calçats tipus sandàlies cranqueres o sandàlies tancades (no flip-flops).
7. Si el xiquet o la xiqueta es mareja, cal preveure si necessitarà medicaments prescrits per un professional sanitari.

Més informació a:

Regidoria d'Esports
Tel. 964 470 050 (Serveis Generals / Esports)
www.ajuntamentdebenicarlo.org
esports@benicarlo.org