

2018  
CN EL BALÍS

DEL 25 DE JUNY  
AL 7 DE SETEMBRE

Esport Nàutic  
Esplai Fun  
SeaSport  
Cursos de Vela i Windsurf  
Natació



CNELBALIS



VELA  
TRES  
VILES

*Learn to play safely...  
...and enjoy summer camps!*



**BALIS '18  
CAMP**





# balís

CAMP / 2018



DEL 25 DE JUNY AL 7 DE SETEMBRE

Balís Camp és l'oferta d'activitats i campus d'estiu de Port Balís per a nens i nenes a partir de 4 anys. Campus multiactivitats nauticoesportives, cursos de vela, windsurf i activitats per als joves... són les ofertes principals d'El Balís. **Descobreix-nos i gaudeix de la costa de les 3 Viles des del mar.**



Vela



Windsurf



Bodysurf / Surf amb una planxa en què l'esportista recolza la part superior del cos



SUP / Surf de rem



Caiaç



Ski nàutic



Busseig amb tub / Snorkel



Submarinisme i Bateig de submarinisme



Esports de platja / vòlei, tennis i futbol



Jocs de platja / gimcana, guerra d'aigua...



Pàdel ò Badmington / esports de pala o raqueta



Piscina



Tallers Bandera Blava / tallers de conscienciació de la preservació del medi



## Què inclou la inscripció? (Preu per setmana)

- Assegurança.
- Material tècnic i específic per a desenvolupar l'activitat.
- Instructors especialitzats.
- Llanxa de seguretat.
- Diploma final.
- Berenar.

## Preus especials:

- Per a socis i fills de socis donats d'alta en el registre del club.
- Per a Residents a Les 3 Viles: Sant Andreu de Llavaneres, Sant Vicenç de Montalt i Caldes d'Estrac.
- Cursos del mes d'agost i setembre.

## Descomptes:

- Si es fa el pagament abans del 15 de maig de 2018: 15% sobre el total de la inscripció introduint el codi **15MAIG**.

- Si tens previst inscriure 3 fills o més a les nostres activitats, posa't en contacte amb nosaltres i et proporcionarem un codi de descompte.
- Els serveis complementaris com acollida o menjador no tenen descompte.
- Descomptes no acumulables. S'aplicarà el descompte més favorable.
- Preus exempts d'IVA segons article 20. Un 13è de la Llei 37/1992, 28 de desembre.

DESCOMPTES PER A RESIDENTS "LES 3 VILES"

## Que cal portar!

- Tovallola.
- Banyador.
- Xanquetes que s'agafin al peu.
- Aigua.
- Esmorzar.
- Crema solar, gorra i ulleres de sol (recomanades).
- Roba esportiva i calçat esportiu.
- Tot ben marcat. I muda de recanvi sencera.



# 1. Vela

## CURSOS DE VELA

Curs d'aprenentatge a la navegació en vela lleugera apte per a tots els nivells. S'hi ensenyaran els aspectes fonamentals de la navegació tals com els principis bàsics, els rumbos, maniobres de seguretat, remuntar el vent... Els cursos i les sessions s'adapten al nivell i necessitats de l'alumne. Les sessions són dirigides per tècnics titulats i especialitzats en vela lleugera amb un gran nivell i experiència en el sector tant en el camp de la docència com de la navegació i competició.

Els nens i joves podran navegar a bord de les embarcacions més grans i col·lectives fins a les més lleugeres i individuals sempre que l'edat i el nivell de l'alumne i les condicions de vent ho permetin.

**Edats:** de 7 a 17 anys

- Infantil: 7 a 12 anys

- Juvenil: 13 a 17 anys

**Dates:** del 25 de juny al 7 de setembre

**Horaris:**

- Matí: dilluns a divendres de 10:30 a 14h

- Tarda: dilluns a divendres de 15 a 18h

- Caps de setmana:

dissabtes i diumenges d'11 a 14h



**Preus / Dilluns a divendres (matí)**

	Juliol	Agost i Setembre
PVP	190€	171€
Socis	152€	136€

**Preus / Dilluns a divendres (tarda)**

	Juliol	Agost i Setembre
PVP	170€	153€
Socis	130€	117€

**Preus / Dissabtes i diumenges**

	Juliol
PVP	76€
Socis	61€



# 1.1 Pre-vela

## PRE / VELA

Activitat ideal per iniciar els més petits a la vela a través d'un aprenentatge suau i progressiu molt adaptat a les capacitats d'ells. El principal objectiu és passar-ho bé adquirint coneixements i hàbits mariners.

**Edats:** de 4 a 6 anys

**Dates:** del 25 de juny al 7 de setembre

**Horaris:**

- Matí: dilluns a divendres de 10:30 a 14h

**Activitats:**

- Vela, taller i piscina



**Preus / Dilluns a divendres (matí)**

	Juliol	Agost i Setembre
PVP	190€	171€
Socis	152€	136€





# 2. Esport Nàutic

## ESPORT NÀUTIC



**KING OF THE WAVES**

Campus multiesportiu que comprèn la iniciació a diversos esports en un entorn lúdic. S'hi combinen activitats esportives amb tallers. Un monitor acompanya el grup a les diverses estacions on es fan les activitats, on instructors especialitzats dirigeixen la pràctica esportiva. Les activitats esportives estan adaptades a les edats dels grups i dels participants.

- Edats:** de 4 a 12 anys
- Grumets: de 4 a 6 anys
  - Mariners: de 7 a 9 anys
  - Pirates: de 10 a 12 anys

**Dates:** del 25 de juny al 7 de setembre

**Horaris:** de 9 a 18h

- Activitats:**
- Caiac
  - Sup
  - Padel
  - Bodyboard + Snorkel
  - Jocs platja
  - Esports de platja
  - Tallers
  - Piscina recreativa
  - Wind surf (els grans)
  - Curs de vela a la tarda
  - Pesca
  - Submarinisme (homes pirates)

**Preus / Dilluns a divendres (tot el dia)**

	Juliol	Agost i Setembre
PVP	273€	248€
Socis	238€	214€

(Preu EsportNàutic inclou menjador)







# 3. EsplaiFun

Casal on els participants s'ho passaran d'allò més bé iniciant-se en el món dels esports nàutics i realitzant tallers de bandera blava i jocs a la platja. Un casal carregat de lleure i diversió.

**Edats:** de 4 a 8 anys  
 - Dofins: de 4 a 6 anys  
 - Tritons: de 7 a 8 anys

**Dates:** del 25 de juny al 27 juliol

**Horaris:** de 9 a 14h

**Activitats:**  
 - Tastet de vela  
 - Bàdminton  
 - Bodyboard  
 - Jocs platja  
 - Tallers



**Preus / Dilluns a divendres (matí)**

	Juliol
PVP	135€
Socis	95€



# 4. Windsurf

Curs d'aprenentatge a la navegació en taula de windsurf apte per a tots els nivells. Iniciació a la navegació amb els conceptes bàsics de desplaçament sobre l'aigua i maniobres bàsiques on es perfeccionarà la navegació en circuit de boies o format minitravessa amb l'objectiu d'aconseguir guanyar sobrevent.

**Preus / Dilluns a divendres (matí o tarda)**

	Juliol	Agost i Setembre
PVP	200€	180€
Socis	160€	144€

**Edats:** de 12 a 17 anys

**Dates:**  
 - Del 25 de juny al 7 de setembre

**Horaris:** de dilluns a divendres:  
 - Matí: d'11:30 a 14h  
 - Tarda: de 15:30 a 18h







# 5. Seasport

Campus multiesportiu per a joves. En aquesta activitat els participants aprendran els conceptes bàsics de cada un dels esports que es practican. Totes les activitats estan enfocades a passar-s'ho en gran compartint experiències úniques amb els companys en un entorn natural i lúdic.

**Edats:** de 13 a 17 anys

**Dates:** del 25 de juny al 7 de setembre

**Horaris:** de dilluns a divendres de 10 a 14h

**Activitats:**

- SUP i Big SUP
- Windsurf
- Caiac
- Vela lleugera
- Pàdel
- Tallers Bandera Blava
- Esports de platja
- Submarinisme



**Preus / Dilluns a divendres (matí)**

	Juliol	Agost i Setembre
PVP	235€	210€
Socis	175€	150€

# 6. Natació

S W I M M I N G

Curset de natació en el que les sessions s'adaptaran als nivells i edats dels alumnes. En funció de l'edat, els participants aprendran a nadar o a millorar les diferents tècniques de desplaçament dins de l'aigua. S'utilitzaran diversos tipus de materials flotants per ajudar als nedadors!

No oblideu participar en el trofeu social de natació el 26 d'agost! Us hi esperem!

**Edats:** d'1 a 15 anys

**Dates:** del 2 de juliol al 31 d'agost

**Horaris:** de dilluns a divendres.

+7 anys		9:30 a 10:15h
5 - 6 anys		10:15 a 11:00h
1 - 2 anys		12:00 a 12:45h
3 - 4 anys		12:45 a 13:30h

**Activitats:**

- Jocs d'iniciació a la natació
- Curses
- Activitats de tecnificació i millora d'estil



**Preus / Dilluns a divendres**

PVP | 55€

Socis | 32€



# Serveis

## SERVEIS COMPLEMENTARIS

### complementaris

## ACOLLIDA MENJADOR

**Horari:** 9 a 10:30h

En aquesta opció, els participants aniran a una aula i faran els deures sota la supervisió d'un monitor.

### Preus / Setmanal

PVP	40€
Socis	Gratuit

L'àpat més important del dia es realitza a les instal·lacions de l'escola de vela. L'empresa de càtering està al dia de tots els controls sanitaris i de qualitat necessaris. El menú que es serveix als infants és equilibrat i ric en proteïnes i hidrats de carboni, el més convenient per la pràctica de l'activitat física i consta de primer, segon, postres i aigua. El menjar està servit i supervisat pels nostres instructors. Podem adaptar-nos a qualsevol al·lèrgia o intolerància que la família notifiqui amb anterioritat a l'inici del curs. El menú setmanal estarà disponible cada setmana al taulell de l'Escola de Vela.

### Preus / Setmana Estiu

PVP	42€
Socis	42€

### Preus / Dia Estiu

PVP	9€
Socis	9€

# El Balís 365

## UN MAR D'ACTIVITATS

Descobreix totes les possibilitats que t'ofereix el mar i el **CN El Balís!** Un món esportiu i també nàutic per a tots els gustos i aficions. Connecta amb l'entorn a través d'activitats a l'aire lliure o a l'interior, sent la passió pel mar amb el lloguer d'embarcacions, gaudeix d'entrenaments personalitzats o aprèn la disciplina marítima amb els cursos de l'Escola Nàutica.

Et proposem noves activitats que et faran sentir l'adrenalina de la lluita entre les ones i el vent, introduir-te en el món nàutic a través del lloguer de vaixells sense necessitar titulació. Connecta amb la natura i la teva ment de la mà del ioga a la platja o aficiona't a un dels esports més tradicionals de la nostra zona, el llagut català.

## NO ET QUEDIS FORA DE L'AVENTURA, CONSULTA LES ACTIVITATS I EMBARCA'T A NOVES EMOCIONS!

## A l'Estiu

### QUE MÉS POTS FER?



- Rem en Llagut Català.
- Lloguer d'embarcació a vela
- Lloguer d'embarcació a motor (no cal disposar de titulació).
- Lloguer de PaddleSurf i Caiac.
- Sortides de Vela Lleugera i Vela de Creuer.
- Fitness: activitats dirigides, pilates, ioga, SUP ioga, aiguagim, entrenaments personals.
- Sortides de Paddle Surf.
- Zones d'avarada/pupilatge per a taules de SUP, Windsurf, Caiacs i Vela lleugera.
- Cursos de Vela Lleugera i Vela de Creuer.
- Titulacions Nàutiques: PNB, PER i Llicència de Navegació.
- Classes particulars de pàdel: individuals, dobles...



# Tot l'any

## EL BALÍS 365

### Infants i joves:

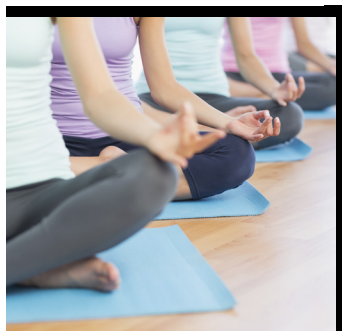
- Campus Nàutic-esportiu de Setmana Santa.
- Cursos de Vela.

### Adults:

- Entrenaments de Rem en Llagut Català.
- Fitness: classes dirigides de ioga, pilates, balls caribenys, tonificació i entrenaments personals.
- Lloguers d'embarcacions de vela lleugera, caiacs i pàdel surf.
- Acadèmia nàutica de PNB, PER i Llicència de navegació.
- Pàdel: lligues i classes particulars.
- Pupilatge de vela, caiac i paddle surf (SUP).
- Team Buildings i activitats per empreses.

### Per a tota la família:

- Cursos de cap de setmana de Vela Lleugera
- Classes Particulars de vela i de windsurf
- Lloguers d'embarcacions de vela lleugera, caiacs i pàdel surf.
- Festes d'aniversari.
- Sortides a Vela i batejos.



## SUP/

Practica l'esport de moda a les nostres platges. Amb l'exercici físic sobre el Surf de Rem treballaràs l'estabilitat, els músculs del tronc i la postura sense adonar-te'n. Amb les modalitats de lloguer, sortides i SUP ioga escull la que més s'adapti a tu i gaudeix de l'esport a la platja!

### Edats:

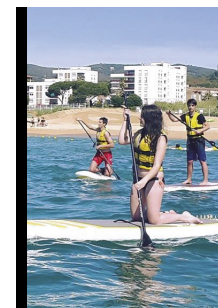
- Classe particular a partir dels 12 anys
- Sortida a partir de 16 anys (els menors han d'anar acompanyats d'un adult)
- Lloguer i loga a partir de 18 anys

## CAIAC/

Rema sol o en parella per la nostra costa i realitza un exercici físic d'intensitat variable en el que treballaràs els músculs del tronc i enfortiràs els braços.

### Edats:

A partir de 16 anys (els menors han d'anar acompanyats d'un adult)



## PADEL/

Gaudeix de l'esport de raqueta més ràpid i dinàmic en el nostre port. El lloguer de pistes és gratuït per a tots els socis. Treu profit de les nostres instal·lacions i millora la tècnica gràcies a les classes amb un instructor especialitzat.

### Edats:

A partir de 18 anys

## LLOGUER D'EMBARCACIONS/

### Lloguer d'embarcacions de vela lleugera:

posem a la teva disposició embarcacions de la flota de l'escola de vela d'El Balís perquè puguis gaudir sol, en parella o amb els amics o família d'una sortida en total llibertat.

### Lloguer d'embarcació a motor sense titulació:

La Lolita és la nostra embarcació de motor que no necessita titulació nàutica, té una eslora de 4 metres, motor de 15cv i capacitat per 4 persones.

### Edats:

a partir de 18 anys

### Vela lleugera:

lloguer de 2 hores de durada

### Motor:

lloguer de 2, 4 o 8 hores entre les 10 i les 20h





# INSCRIPCIÓ ON-LINE

[www.esports.cnelbalis.com](http://www.esports.cnelbalis.com)

# AGENDA 18'

CAMPIONAT  
SOCIAL DE

NATACIÓ

Neda súper ràpid en el campionat de natació que celebrarem el **diumenge 26 d'agost**

al matí. Inscripcions als mostradors del club a partir del mes de juliol.

CLOENDA  
BALIS CAMP

Festa final de l'escola en la que sortirem a navegar i els pares podran veure, des d'una embarcació, tot el que els alumnes han après. Després ho celebrarem amb un pica-pica.

El **dissabte 25 d'agost**.

Escola Reconeguda per:



Escola  
Catalana  
de Vela



CNELBALIS

Carretera N-II, km 651,5 Sant Andreu de Llavaneres  
08392 - Barcelona, España  
41° 33,5' N / 002° 30,5' E  
937929900  
664648909

[esports@cnelbalis.com](mailto:esports@cnelbalis.com)

Segueix-nos a les xarxes socials / @cnelbalis

