



CASAL D'ESTIU D'EQUITACIÓ AMB VALORS

CLUB HÍPIC EQUUS EMPORDÀ

ALBONS, GIRONA



METODOLOGIA

Quins beneficis té l'equitació?

- Els beneficis de l'equitació són:
 - A nivell físic, millora de la força, la flexibilitat i l'equilibri.
 - A nivell cognitiu, potencia la concentració, la memòria i estimula el sistema psicomotor.
- A nivell comunicatiu i social millora l'expressió verbal i corporal i fomenta el treball en equip i l'autonomia.

Què és l'equitació amb valors?

- Utilitza els beneficis de l'equitació per ensenyar a infants i joves a agafar consciència de com gestionar les diferents situacions que se'ls poden plantejar, fomentant valors com la comprensió, l'empatia, l'honestitat i la voluntat. Els empeny a sentir emocions i sensacions més complicades com la por, la frustració i la inseguretat i gestionar-les de manera real i sana. Aportant així, a part d'un bon aprenentatge eqüestre, una base sòlida de valors i eines pel seu dia a dia.



CASAL

Per què treballem amb grups reduïts en el casal?

- Per poder aprendre una equitació real i respectuosa pels èquids, és imprescindible una atenció focalitzada. Com entrenadora puc afirmar que no pots oferir la mateixa qualitat en una sessió de 10 persones muntades (10 amazones/genets i 10 cavalls/ponis), que en una sessió que n'hi ha 5 o en una individual.
- Per aquest motiu, només acceptem entre 10 i 12 participants per setmana de casal, els quals treballaran en petits grups (decidits segons edat, nivell i experiència), per poder ensenya'ls-hi una equitació conscient i real i no a donar voltes sobre un animal sense cap objectiu d'aprenentatge.

Quin tipus de casal oferim ?

- El nostre casal és un casal pensat per infants i joves que vulguin aprendre sobre cavalls, que vulguin aprendre com pensen i com senten, com es comuniquen i com s'organitzen socialment, com raspallar-los i com cuidar-los, com muntar-los i guiar-los per superar diferents reptes.
- Sona intens? Ho és! I apassionant! Ho aprendrem a través de diferents dinàmiques, jocs i sessions d'entrenament. Tenint en compte les diferents edats i nivells.
- No has estat mai amb cavalls i vols venir al casal? Cap problema! Sempre hi ha una primera vegada!



DATES I HORARIS

Quan és fa el casal d'estiu?

- JUNY: 23-27 (24 festiu)
- JULIOL: 30/06-4 | 7-11 | 14-18 | 21-25 | 28-1/08
- AGOST: 4-8 | 11-15 | 18-22

Quin horari té el casal?

- Matins: 9-13h
- Mig dia: 9-16h
- Opció acollida 8:30-9h



PREUS

Quin preu té el casal amb l'horari de matins (9-13h)?

- 1 setmana de casal: 140€
- 2 setmanes de casal: 260€ (130€/set)
- 3 setmanes de casal: 360€ (120€/set)
- 4 setmanes de casal: 440€ (110€/set)
- Cada setmana extra a partir de la 4rta: 100€
- La setmana del 23 de juny (només de 4 dies) s'aplica descompte proporcional.

Quin preu té el casal amb l'horari de mig dia (9-16h)?

- 1 setmana de casal: 180€
- 2 setmanes de casal: 340€ (170€/set)
- 3 setmanes de casal: 480€ (160€/set)
- 4 setmanes de casal: 600€ (150€/set)
- Cada setmana extra a partir de la 4rta: 140€
- La setmana del 23 de juny (només de 4 dies) s'aplica descompte proporcional.

Com funciona l'acollida?

- Si necessites deixar una mica abans el teu fill/a (8:30h), l'acollida té un cost 10€/setmana.

Mètodes de pagament

- Per formalitzar l'inscripció és imprescindible efectuar el pagament del 50% del import total fent una transferència al número de compte, un bizum o en efectiu a l'hípica. Data límit: 10 de juny.
- L'altre 50% s'ha d'efectuar via transferència, bizum o en efectiu a l'hípica abans de la primera setmana de casal del participant o el mateix primer dia d'aquesta.
- IMPORTANT: posar en el concepte els noms i cognoms de la participant.
- Número de compte: ES6921000038400200772865

INFORMACIÓ ÚTIL

Quines activitats fem al casal?

- Classes d'equitació bàsica i de perfeccionament
- Excursions a la muntanya i guiatges
- Jocs cooperatius (Pony Games)
- Sessions d'etologia i comunicació equina
- Descobriment de noves disciplines (salt, TREC, raid, volteig, turisme eqüestre)
- Piscina (per fer un refrescant descans)
- QUIZ de curiositats dels cavalls
- Gimcana eqüestre

Com seria un dia de casal?

- 8:30h Acollida
- 9h Bon dia
- 9:20h Primera activitat
- 11h Parada per esmorzar i carregar energia
- 11:20h Segona activitat
- 13h Dinar o recollida horari matins
- 14:15h Tercera activitat
- 16h Recollida horari mig dia

*La piscina la utilitzem segons la calor que tinguem***

Quin material necessites pel casal?

- Pantalons de muntar o leggins
- Muda curta
- Mitjons que tapin el turmell
- Esportives, botes o botines i polaines
- Xancles (millor xancles de riu)
- Banyador
- Tovallola
- Crema solar
- Cantimplora amb aigua
- Esmorzar per mig matí
- Equipació per muntar si en tens (casc, fusta, tortuga, guants)
- Motxilla petita per poder endur-nos d'excursió l'esmorzar