



Verano Deportivo



Verano Deportivo



1 15 Julio-Septiembre 2020



VERANO DEPORTIVO 2020

EL VERANO DE LA NUEVA NORMALIDAD

Se nos presenta un verano atípico, un verano diferente en el que muchas cosas habrán cambiado o cambiarán, o por decir de alguna manera “*un verano para adaptarnos a la llamada Nueva Normalidad*”. Pero ello, no nos hace desistir de nuestro empeño e ilusión en seguir disfrutando con el deporte local y en poner en marcha un nuevo programa del Verano Deportivo, eso sí, un programa modificado y adaptado, con el objetivo de incorporarnos a la “Nueva Normalidad” con las necesarias medidas sanitarias y de seguridad en la práctica de la actividad física y deportiva local.

El programa que presentamos no difiere mucho de los programas de años anteriores, pero sí cuenta con algunos cambios sustanciales en cuanto al desarrollo de las actividades, ya que trata, entre otras cosas, de evitar aglomeraciones de personas, por ese motivo, se cambiarán algunos de los espacios donde se desarrollan las actividades por espacios más amplios y adecuados, así mismo, se establecerán formatos online para realizar inscripciones, que por supuesto serán previas, estableciendo igualmente límites de participantes, el uso de medidas de prevención y otra serie de normas para ayudarnos a garantizar las medidas sanitarias y de seguridad.

Sabemos que estos cambios y medidas hacen un poco más compleja y complicada, no solo la organización de las actividades o eventos, sino también la práctica de la actividad física y deportiva y por otra parte, está claro que debemos incorporarnos, con mucha cautela, a la “Nueva Normalidad”, por eso insistimos, tenemos que seguir siendo respetuosos con las medidas sanitarias y de seguridad “por y para tod@s l@s Casareñ@s”, pidiendo a tod@s, organizadores, cuerpos de seguridad, voluntari@s, participantes, público y demás, un poquito de colaboración y sentido común hasta que seamos capaces de superar esta difícil situación, algo que, con el espíritu de lucha y la deportividad que nos caracteriza a l@s Casareñ@s, superaremos satisfactoriamente.

POR EL BIEN DE TOD@S,
SEAMOS RESPONSABLES Y DISFRUTEMOS EL VERANO...

2

VERANO DEPORTIVO 2020

NORMAS Y MEDIDAS PREVENTIVAS

- ⊙ Con carácter general, el programa del “Verano Deportivo 2020” y sus actividades estarán sujetas al normal desarrollo de la fase de “Nueva Normalidad”, teniendo la organización en todo momento la potestad de modificar, reorganizar o cancelar cualquier actividad del programa con el objeto de garantizar las medidas sanitarias y de seguridad oportunas.
- ⊙ Las actividades del programa se desarrollarán en lugares y espacios que garanticen las medidas de sanitarias y de seguridad.
- ⊙ Cada actividad contará con una normativa adaptada con normas de seguridad obligatorias y medidas preventivas aconsejables.
- ⊙ Las actividades contarán con un aforo de participación limitado, por lo que se respetará escrupulosamente el orden de inscripciones.
- ⊙ Las inscripciones se realizarán de manera anticipada a través del medio especificado en el cartel de cada actividad, no realizando ninguna inscripción fuera de los plazos ni de los límites de participación establecidos.
- ⊙ La publicación de cada actividad del programa se realizará con la suficiente antelación a través de cartel informativo, exponiéndose los mismos en los “Puntos Info” (Paseo Extremadura, Paseo de los Pescadores y Polideportivo) y en el Tablón Deportivo de la Piscina Municipal, publicándose igualmente en la sección de deportes de la página www.casardecaceres.com, en la red social Facebook “Deporte Casar de Cáceres” y en la APP Bando Móvil “Casar de Cáceres Informa”.

APRENDER EN VERANO

Cursos y talleres básicos para aprender nuevas disciplinas deportivas y/o conocer nuevos deportes.

CURSOS DE INICIACIÓN Y APRENDIZAJE DE PATINAJE

Aprende o perfecciona tu técnica de patinaje de una forma dinámica, divertida y entretenida.

Destinatarios: Chicos/as nacidos en el año 2015 y anteriores.

Fecha Celebración: Finales de julio/principio de agosto.

CONOCE EL PIRAGUISMO

Jornada para conocer, practicar y disfrutar con el piragüismo en familia.

Destinatarios: Todas las edades.

Fecha Celebración: Finales de agosto.

PARA L@S MÁS PEQUES...

“SUPERMARTES INFANTILES”

Programa de actividades y juegos temáticos pre-deportivos dirigidos a los más peques (Chicos/chicas nacidos entre los años 2009-2016) con el fin de pasar una entretenida y divertida tarde-noche de juego y deporte.

MINIRUTA CICLISTA NOCTURNA

Mini ruta de bicicleta de unos 4 kilómetros de carácter popular no competitiva compartida con padres y madres de los participantes.

GIMKANA MULTIDEPORTIVA, “NUESTROS DEPORTES”

Gimkana de juegos adaptados y relacionados con los deportes que habitualmente se practican en nuestra localidad.

RUTA DE CINE “CINESPORT”

Mini ruta de senderismo de unos 4 kilómetros y posible proyección de película.

MINI CARRERA INFANTIL

Carreras de atletismo de manera cronometrada y por pequeños grupos en formato de mangas clasificatorias a desarrollar en la Pista de Atletismo del Polideportivo.

COMPETIR EN EQUIPO

Torneos y competiciones de carácter popular de participación exclusivamente local, permitiéndose exclusivamente la inclusión de un máximo de dos jugadores/as de fuera del municipio en el caso del Fútbol Sala y uno en el caso de los Torneos Juveniles y del Vóley Playa.

TORNEO DE FÚTBOL 7

Destinatarios: Chicos/as nacidos en el año 2004 y anteriores.

Fecha Celebración: Mes de julio.

Cuota Inscripción: 15 € equipo.

TORNEO FÚTBOL SALA SENIOR.

Destinatarios: Chicos/as nacidos en el año 2004 y anteriores.

Fecha Celebración: Julio/agosto.

Cuota Inscripción: 40 € equipo.

TORNEO VOLEY PLAYA SENIOR 2X2

Destinatarios: Chicos/chicas nacidos en el año 2004 y anteriores.

Fecha Celebración: Julio/agosto.

Cuota Inscripción: 15 € equipo.

TORNEO VOLEY PLAYA FEMENINO 2X2

Destinatarias: Chicas a partir de los 12 años.

Fecha Celebración: Julio/agosto.

Cuota Inscripción: 10 € equipo.

TORNEOS JÓVENES

Torneos dirigidos al sector joven en formato de 2x2 o 3x3 en liguilla a celebrar en horario de tarde.

Destinatarios/as: Chicos/chicas entre los años 2005-2008.

TORNEO DE VOLEIBOL JOVEN 2X2

Fecha Celebración: Julio/agosto.

TORNEO DE FÚTBOL JOVEN 3X3

Fecha Celebración: Julio/agosto.

“DEPORTE DE CALLE”

El programa “Deporte de Calle” es un programa de actividades deportivas dirigidas a todos los sectores que se desarrollarán en distintos espacios de nuestro municipio, principalmente en horario de tarde-noche.

PASEO SENDERISTA NOCTURNO

Pequeña y sencilla ruta de senderismo de unos 8/10 kilómetros y unas dos horas de duración que se desarrollará en horario nocturno.

Destinatarios: A partir de 13 años y menores acompañados.

IX CROSS NOCTURNO “CIRCUITO PANTANO NUEVO”

Prueba de atletismo sobre aproximadamente 10 km. en la especialidad de campo a través a disputar en el Circuito del Pantano Nuevo en formato de contrareloj individual.

Destinatarios: Adult@s nacid@s en 2004 y anteriores.

MARCHA CICLOMONTAÑA NOCTURNA

Pequeña y sencilla ruta de Bicicletas Todo Terreno de unos 20/25 kilómetros y unas dos horas de duración que se desarrollará en horario nocturno.

Destinatarios: Chic@s a partir de 16 años.

TAMPOCO PUEDEN FALTAR...

Actividades que se desarrollarán en formato de eliminatorias o liguillas cortas, celebrándose de manera continua en uno, dos o tres días, dependiendo del número de inscritos celebrándose en horario de tarde-noche.

TORNEO LOCAL DE PETANCA

Destinatarios: Categoría única.

TORNEO LOCAL DE TENIS

Destinatarios: Menores y Adultos/as.

TORNEO LOCAL DE PADEL

Destinatarios: Menores y Adultos/as.

TORNEO DE TENIS DE MESA

Destinatarios: Menores y Adultos/as.

TORNEO DE AJEDREZ

Destinatarios: Menores y Adultos/as.

Y SI LO TUYO ES EL GIM...

Gimnasio y actividades grupales guiadas para quienes no quieran interrumpir sus entrenos o rutinas durante el periodo estival.

GIMNASIO Y CLASES COLECTIVAS

MAÑANAS

Día/Hora	10:15/11:15	11:45/12:45
LUNES	GIMNASIO	GIMNASIO
	ENTRENAMIENTO LIBRE	CICLO TV
MARTES	GIMNASIO	GIMNASIO
	CICLO INDOOR	ENTRENAMIENTO LIBRE
MIÉRCOLES	GIMNASIO	GIMNASIO
	ENTRENAMIENTO LIBRE	CICLO TV
JUEVES	GIMNASIO	
	CICLO INDOOR	ENTRENAMIENTO LIBRE
VIERNES	GIMNASIO	GIMNASIO
	ENTRENAMIENTO LIBRE	CICLO TV

TARDE/NOCHE

Día/Hora	17:45/18:45	19:00/20:00	20:15/21:15	21:30/22:30
LUNES	GIMNASIO	GIMNASIO	GIMNASIO	GIMNASIO
	ENTRENAMIENTO LIBRE	PILATES	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR
MARTES	GIMNASIO	GIMNASIO	GIMNASIO	GIMNASIO
	CICLO TV	ENTRENAMIENTO LIBRE	CICLO TV	ENTRENAMIENTO LIBRE
MIÉRCOLES	GIMNASIO	GIMNASIO	GIMNASIO	GIMNASIO
	ENTRENAMIENTO LIBRE	TONIFICACIÓN DIRIGIDA	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR
JUEVES	GIMNASIO	GIMNASIO	GIMNASIO	GIMNASIO
	CICLO TV	GAP STRETCHING	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR
VIERNES	GIMNASIO	GIMNASIO	GIMNASIO	GIMNASIO
	ENTRENAMIENTO LIBRE	CICLO TV	ENTRENAMIENTO LIBRE	CICLO TV

La programación del Gimnasio y las Clases Colectivas está sujeta a posibles cambios en respuesta a la demanda de cada mes, actividades del programa del Verano Deportivo y/o periodos vacacionales del personal.

PARA LA SEMANA DEL RAMO...

Actividades de carácter popular y participativo a celebrar en la semana previa y con motivo de las Fiestas del Ramo.

CARRERA POPULAR NOCTURNA "EL RAMO"

Destinatarios: Chicos/as de todas las edades.

XXVIII MARCHA CICLOMONTAÑA

Destinatarios: Chicos/as a partir de 9 años

TROFEO "EL RAMO" DE NATACIÓN

Destinatarios: Chicos/as de todas las edades.

CLAUSURA DEL VERANO DEPORTIVO 2020



Verano Deportivo



ATENCIÓN E INFORMACIÓN AL PÚBLICO

Lunes a sábados: de 10:00 a 13:00 y de 17:30-22:30 horas

Más Información:

Complejo Polideportivo Municipal
Casar de Cáceres

Bda. Las Eras, S/N

Teléfono: 927 29 03 78

Correo: deporte@casardecaceres.com

Facebook: Deporte Casar de Cáceres

Web: www.casardecaceres.com

Bando Móvil: Casar de Cáceres Informa

Organiza y colaboran:

Ayuntamiento Casar de Cáceres

Concejalía de Deportes

Programa Dinamización Deportiva

Equipo de Voluntari@s Locales

Asociaciones Deportivas Locales

Policía Local y Guardia Civil

Agrupación Local de Protección Civil

Cruz Roja Española



CASAR DE CÁCERES



Consejo Regulador
Denominación de Origen Protegida



Excmo. Ayuntamiento
Casar de Cáceres

