

Carta Prepollets 2025-2026

La categoria **Prepollets** està destinada als nens i nenes de 4 i 5 anys (2020 i 2021). Els objectius són iniciar-los en l'esquí d'una manera segura, educativa i divertida, adaptada a la seva edat.

Calendari

Hi ha dues opcions:

- **Temporada completa**, amb els mateixos dies que la resta de categories.
- **Temporada reduïda**, amb aproximadament la meitat de dies.

El club es reserva el dret de modificar o anul·lar dies.

Funcionament i horaris

- Les sessions són de **9.00 a 13.30 h.**
- El dia comença amb **escalfament (15 min.)**
- L'activitat es divideix en tres fases: **escalfament inicial, treball específic** (lliure, educatiu o traçat) i **tornada a la calma amb jocs.**
- Es treballa sobretot a pistes verdes, blaves i al Jardí de Neu. Només es creuen trams vermells per accedir a zones de debutants.
- A mig matí hi ha una parada de 30-40 minuts per esmorzar i descansar.

Els nens no poden esquiar amb motxilles. L'esmorzar (galetes, barreta, petit entrepà...) i la beguda han d'anar a la butxaca de l'anorac, en envasos tous i segurs (mai llaunes, vidre ni plàstic dur).

Paper de les famílies

- Els primers dies recomanem que els pares pugin a l'estació amb els nens per facilitar l'adaptació.
- Un cop començada la sessió, **cal mantenir-se allunyats per no distreure el grup.**
- És imprescindible una **assistència mínima del 50%** per poder continuar al club la temporada següent.
- **Els primers dies de Nadal són claus** per a l'aprenentatge: cal assistir-hi sempre que sigui possible.

Material obligatori

- Roba oficial del club (anorac, pantalons i primaloft).
- Protecció d'esquena ("tortuga") adaptada a l'edat.
- Botes d'esquí de **2 tanques.**
- Esquís de la mida adequada (segons gràfic final de la carta).
- Bastons de mida correcta (colze en angle recte).
- Casc homologat **d'orella dura**, amb suport per ulleres i tanca fàcil.
- Ulleres de màscara de qualitat que encaixin bé amb el casc.
- Guants impermeables i de qualitat (millor manyoples), amb cintes de canell cosides.
- Crema solar posada a casa i mocadors de paper a la butxaca.
- Forfet de temporada vàlid.
- **TOT el material ha d'estar marcat amb el nom del nen, en lloc visible i gran.**

Organització pràctica

- Els nens han d'arribar **ja equipats** (botes, casc, guants i anorac posats).
- El xalet ECOA s'utilitza només per activitats educatives, no per canviar-se ni guardar material.
- Es recomana que els nens **aprenguin a ser autònoms amb el seu material** des de casa (posar-se botes, cordar-se l'anorac, col·locar ulleres, portar esquís...).

Transport

- Només disponible en **períodes de vacances escolars** de dilluns a divendres (opcional).
- Sortida a les 7.30 h de Sant Julià i retorn cap a les 15.00 h.
- Els nens pugen amb botes posades, casc a la mà i guants penjats al canell.
- **No es poden portar motxilles ni calçat esportiu.**

Comunicacions

- Les modificacions o anul·lacions es comuniquen pel **grup de WhatsApp**.
- Cal donar al club **tots els telèfons de contacte** a administracio@ecoa.ad (747374) i **estar sempre localitzables** quan els nens estan amb nosaltres.
- Abans de l'inici de la temporada és **obligatori presentar un certificat mèdic oficial** a administracio@ecoa.ad.

Altres aspectes

- La roba oficial és obligatòria i el model té una vida útil de tres temporades
- El club recomana llogar material a la botiga oficial ECOA Esports Espunyes a El Tarter (100 €/temporada)
- Cal informar els entrenadors de **problemes físics, de conducta o al·lèrgies**.
- L'horari d'oficines: dilluns a dijous 13h-19 h, divendres 9h-15 h.
- Tota la informació i fotografies es publiquen a la web www.ecoa.ad i a Instagram [@Esqui_Club_Ordino_Arcalis](https://www.instagram.com/Esqui_Club_Ordino_Arcalis).

En resum: els Prepollets viuran una temporada d'aprenentatge i diversió a la neu. Perquè funcioni, cal **assistència regular, material complet i marcat, puntualitat i col·laboració de les famílies**.



PREPOLLETS ECOA 2025_26

Informació mida dels esquís categories de Prepollets

Amb l'objectiu de facilitar-vos la tasca a l'hora d'escollir quin ha de ser el material per als vostres fills/es, us hem preparat aquesta informació.

La experiència d'aquests darrers anys en l'ensenyament de l'esquí amb nens i nens a partir dels 4 anys en ha permès reflexionar i de veure quin és el material (esquís i botes) que millor s'adapta a les necessitats dels més petits del club.

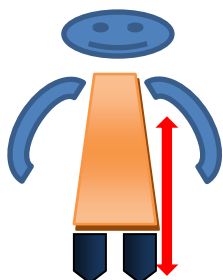
Creiem que un material adaptat a l'alçada i el pes del nen/a permet una millor adaptació i per tant un millor aprenentatge de l'esquí.

És molt important que el nen/a no porti un esquí més llarg del que pugui portar i/o unes botes que no el permetin treure un bon rendiment.

Per aquest motiu us hem preparat aquest gràfic que indica on ha d'arribar un esquí a cada franja d'edat.

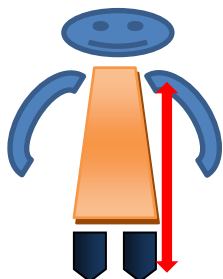
Amb aquest gràfic podreu llogar el material per a la nova temporada amb les garanties de poder aprofitar al màxim cada un dels dies d'esquí.

Nens/es nascuts l'any 2021



L Esquí del nen/a ha d'arribar-li a l'**alçada del pit.** (per sota)

Nens/es nascuts l'any 2020



L'Esquí del nen/a ha d'arribar-li a l'**alçada de les aixelles**

**Els entrenadors de prepollets i la resta del club
us donem la benvinguda i us desitgem una bona temporada!**