



PLAN DE VIAJE

Complejo para Entrenamientos deportivos Internacional Cité Verte

Club Natación Menditxo
C/José Luis Compañón, 1
01007 VITORIA-GASTEIZ
Tfno.: 945 042 849
Correo electrónico: info@cnmenditxo.com
Pág. Web: www.cnmenditxo.com

G-01061787

Y PROGRAMA DESPLAZAMIENTOS

III CONCENTRACIÓN - HAGETMAU (FRANCIA)

Place de Tordesillas - BP 26 - 40705 HAGETMAU Cedex Francia Tel: +33 (0)5 58 79 79 79 email: laciteverte@hagetmau.fr

Entrenadores acompañantes: JOAN - MARK - Delegado: PEDRO

Punto de encuentro Salida: Portal de Foronda Kalea, 01010 Vitoria-Gasteiz

IDA: domingo , 01 de abril de 2018

a las: 7:30 h. (246 Km, 212 Km por Autopista) Parada/s de: **1:00 h.**
Hora de Llegada (aprox.) a: **Cité Verte 11:40 h.**

desde 01/4: **Comida:** hasta 05/4: **Desayuno:**

VUELTA: jueves , 05 de abril de 2018

Hora de Llegada (aprox.) a: **VITORIA 14:40 h.**



OBJETIVO GENERAL DE LA CONCENTRACIÓN

Aprovechar los beneficios que ofrece el viajar, y la convivencia en el desarrollo personal, para ayudar el/la nadador/a a potenciarse como deportista, a través de aspectos como: 1) El concepto de equipo, 2) El aprendizaje y la experiencia como grupo de entrenamiento (que será la base de su formación y progresión como nadador), 3) Disfrutar juntos/as de nuevas y diferentes actividades, momentos de ocio y de la convivencia del día a día.

PROGRAMA GENERAL DE LA CONCENTRACIÓN

01/04/2018	02/04/2018	03/04/2018	04/04/2018
Concentración: Llegada - 1 Entrenam.	Concentración: 2 Entrenam.	Concentración: 2 Entrenam.	Concentr.: 1 Entr. + Exc. "de Árbol a Árbol"
05/04/2018			
Concentración: 1 Entrenam. - Salida			



INFORMACIÓN SOBRE EXCURSIÓN a MONT DE MARSAN Accrobranche (de Árbol a Árbol) (tiempo viaje aprox. 0:31 h.)

Salida Aprox.: **14:00 h.** Llegada Regreso Aprox.: **20:10 h.** Desayuno y Cena: Cité Verte Comida: Cité verte

DOCUMENTACIÓN NECESARIA

Debido a que la concentración es en Francia, **Todos los nadadores deberán llevar obligatoriamente y mandarnos por e-mail una fotocopia a la oficina de: FOTOCOPIA DEL D.N.I. y si lo tuviera el PASAPORTE en vigor del nadador; TARJETA SANITARIA EUROPEA.** Para aquellos nadadores que no tengan pasaporte es necesario hacer este permiso: **PERMISO DE VIAJE PARA MENORES AL EXTRANJERO** (para más detalle ver email de 22/02/2018).

INDICACIONES - SUGERENCIAS SOBRE NECESIDADES PERSONALES (* : Mat./Prendas imprescindibles)

MATERIAL DE ENTRENAMIENTO Y DESPLAZAMIENTOS

* MOCHILA 1	* ZAPATILLAS DEPORTE 1 par
* BAÑADORES 3	* PANTALONES CORTOS 2
* GORROS 2	* CAMISETAS 1 Día (5)
* GAFAS 2	
* CHANCLAS 1 par	* PANTALON CORTO CLUB 1
* TOALLA 2	* CAMISETA CLUB 1
* PALAS 1 par	* CHANDAL (Pant.L.+Sud.) 1
* ALETAS 1 par	
* GOMA 1	

