



ANOIA RUGBY CLUB

CAMPUS estiu 2024

Setmana 1
25, 26 i 27 Juny

Porta un amic/ga
Can Masarnau

Dimarts a Dijous
Entrenaments oberts
de 18:30h a 20:00h

Setmana 2
del 1 al 5 de Juliol

Campus Anoia RC
Òdena Village/Can Masarnau

De Dilluns a Divendres
Natura, Piscina,
Entrenaments i Acampada

Setmana 3
del 8 al 12 de Juliol

Campus Anoia RC
Can Masarnau

Dilluns a Dijous
Entrenaments
de 18:00h a 20:00h

Setmana 4
del 16 al 19 de Juliol

Campus Anoia RC
Can Masarnau

Dilluns a Dijous
Entrenaments
de 18:00h a 20:00h



Aquest any venim amb **moltes novetats,** ganes de **rugbi** i **diversió!!**

Tots els matins:
Activitats a la **Natura** i **Piscina**

Per la tarda:
Entrenaments de **Rugbi** adaptats a tots els nivells,
si no has jugat mai, **aquest es el teu campus.**

Activitats **Odena Village**

Pista d'obstacles, Rugbi Sorra, Excursions, Rally fotogràfic, Circuit Running, Rug-Volei, Reptes esportius i culturals, Xerrades tècniques, Visualització de vídeos, entrenaments tècnics, Acampada 1 dia (pensió completa), etc.

Instal·lacions

- Matins **Odena Village** - Tardes Camp de **Can Masarnau** - Igualada.

Edats

Nens i nenes de
12 a 17 anys

Preu

160€

Horaris

De **dilluns a dimecres**
Matins de 8:30h a 13:30h
Tardes de 18:00h a 20:00h
Dijous tot el dia + Acampada
Divendres de 8:30h a 13:30h

Dates

Del 1 al 5 de Juliol



Més informació: E-mail: info@anoiarugby.com - WhatsApp: **641 759 594**

Objectius principals del Campus

Esportius: Assolir una millora tècnica amb els que ja juguen i introduir en la pràctica esportiva als més novells.

Socials: Fer amics, divertir-se, aprendre i créixer plegats en un ambient sa i saludable amb el rugbi com a nexa comú.



Horaris Campus Anoia RC 2024					
Dilluns		Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
Matí a ODENA VILLAGE tardes a CAN MASARNAU					
8:45 a 9:00	Entrada Presentació	Entrada	Entrada	Entrada	Esmorzar
9:00 a 10:20	Activitat 1	Activitat tot el matí	Activitat 1	Activitat 1	Activitat tot el matí
10:20 a 10:40	Petit esmorzar		Petit esmorzar	Petit esmorzar	
10:40 a 12:00	Activitat 2		Activitat 2	Activitat 2	
12:00 a 13:30	Piscina	Piscina	Piscina	Piscina	Piscina
14:00 a 15:00				Dinar	
15:00 a 16:30				Temps lliure Jocs de taula	
16:30 a 18:00				Activitat a l'ombra	
18:00 a 19:00	Entrenament a Can Masarnau	Entrenament a Can Masarnau	Entrenament a Can Masarnau	Entrenament Tècnic	
19:00 a 20:00				Dutxa	
20:30 a 21:30				Sopar	
21:30 a 11:00				Activitat nocturna	

Entrenaments intensius de **rugbi**, Campus 2024!!



De **dilluns** a **dijous** de **18:00h** a **20:00h**

Entrenaments de **Rugbi** adaptats a tots els nivells,
si no has jugat mai, **aquest es el teu campus.**

Tècnics i Monitors

Apostem per la gent de casa.

Formadors i jugadors amb els que treballarem la filosofia
de l'Anoia Rugby Club i els valors del rugbi.

Edats

Nens i nenes
de **12** a **17** anys

Preu

25€ setmana

Setmanes/Juliol

Del **8** al **12**
Del **16** al **19**

Dies/Horaris

De **dilluns** a **dijous**
Tardes
de **18:00h** a **20:00h**

Instal·lacions

Camp de **Can Masarnau** - Igualada



Més informació: E-mail: info@anoiarugby.com - WhatsApp: **641 759 594**