



**Ajuntament de
Cerdanyola del Vallès**

XVII JORNADES ESPORTIVES NOCTURNES

Divendres 26 d'octubre 2018

Complex Esportiu Municipal Can Xarau

1. INTRODUCCIÓ

Des del Servei d'Esports, organitzem amb la col·laboració del Club d'Handbol Cerdanyola i la participació de diferents entitats de la nostra ciutat, la segona edició d'aquesta temporada de les JEN. Una jornada esportiva, lúdica nocturna, plena d'activitats esportives.

En aquesta jornada es pretén organitzar diferents competicions de 3X3 bàsquet, 4X4 handbol, 3X3 futbol sala, 4x4 volei, i la possibilitat de poder practicar bàdminton dirigit pel Club de Bàdminton Bellaterra mentre no estiguin competint.

Al finalitzar la jornada hi haurà xocolata amb xurros.

2. OBJECTIUS:

▪ GENERAL

Donar una opció diferent per passar la nit a els/les joves, a través d'una jornada lúdica esportiva.

▪ ESPECÍFIC

- Oferir l'oportunitat de practicar diferents esports, com una alternativa més per les nits.
- Utilitzar l'esport com a mitjà de socialització; és a dir, fomentar les relacions socials entre els joves de la ciutat, mitjançant l'esport.



**Ajuntament de
Cerdanyola del Vallès**

3. DESCRIPCIÓ:

DATA: Divendres 26 d'octubre de 2018.

DESTINATARIS: Joves a partir de 16 anys.

LLOC: Instal·lacions Esportives Mpals. Can Xarau.

HORARI: 22h a 01h de la matinada del dissabte 27 d'octubre.

En cas de pluja, s'adaptaran les activitats als espais coberts disponibles a partir de les 22H: Pavelló Can Xarau Paco Arpide i Boina.

PREU: Gratuït.

4. ACTIVITATS:

Competicions esportives de 22h. fins les 01 hores de la matinada. Els joves podran participar en les activitats competitives i en les activitats alternatives mentre no estiguin competint.

- **COMPETICIÓ:**

- Futbol 3x3
- Bàsquet 3x3
- Handbol 4x4
- Volei 4x4

- **ALTERNATIVES: (PER CONFIRMAR)**

- **Bàdminton**
- **GIMNÀS Can Xarau:**

- Masterclass:

* Ciclo-Indoor: 3 sessions de 30'

- de 22:00 a 22:30h
- de 22:45 a 23:15h
- de 23:30 a 00:00h



**Ajuntament de
Cerdanyola del Vallès**

5. DESENVOLUPAMENT DE LA JORNADA:

Es realitzaran partits de 3x3 de Bàsquet i Futbol, 4x4 Handbol i 4x4 Volei. El bàdminton s'anirà realitzant al llarg de la nit mentre els equips no tinguin partits. Cada 5-10min. es faran rotacions en les activitats (segons el nombre d'equips a cada activitat)

6. INSCRIPCIONS:

- Us agrairíem la implicació dels entrenadors i Professors/-es d'Educació Física per facilitar-nos les inscripcions dels equips dels vostres instituts (podeu enviar les inscripcions per mail)
- No hi ha inscripcions oficials, simplement és per fer una previsió dels equips i orientació dels participants que vindran. Però, **donada la gran afluència de participants que últimament assisteixen, recomanem als equips que facin les seves inscripcions amb antelació per tal de facilitar l'organització de partits el dia de les jornades.**
- Altres punts d'inscripcions: oficines del Servei d'Esports o el mateix divendres a l'activitat.

BASES DE LA COMPETICIÓ

1. Per participar en l'activitat es pot lliurar el full d'inscripció omplert al Servei d'Esports de Cerdanyola o el mateix dia a les pistes.
2. Els equips estaran formats per un mínim de 3 jugadors i un màxim de 5.
3. El camp de joc serà la meitat d'un camp oficial de cada modalitat esportiva.
4. El material (pilota de joc) serà facilitat pel Servei d'Esports.
5. Cada equip jugarà amb la indumentària pròpia, ja sigui una samarreta del mateix color o l'equipament representatiu del seu centre docent o entitat.
6. Cada equip haurà de tenir un capità que serà el responsable de l'equip, i haurà de constar en el full d'inscripció.

NORMATIVA GENERAL

- S'aplicarà el reglament oficial de cada modalitat esportiva.
- Tots els partits tenen una durada de 5-10 min (segons el nombre d'equips inscrits en l'esport)
- Es poden fer tots els canvis que es vulguin, sempre respectant la normativa de cada esport.