



**TORB ESPORTS CLUB**

**MARES I**

**PARES**



TEMPORADA 24/25



SECCIO

## MARES I PARES

El **TORB ESPORTS CLUB** cerca promoure l'adquisició d'hàbits **saludables** mitjançant la pràctica de l'esport.

Des del primer dia d'obertura de les estacions, l'esquí alpí és la nostra principal activitat i durant la resta de l'any, entrenaments i activitats per totes les edats sota tres grans premisses :

### **Compromís, Rigor i Professionalitat**

Volem que tothom pugui formar part de la **FAMILIA TORB** , per això aquesta secció per que mares, pares i altres parents, mentre la canalla esquia, puguin fer activitats dirigides i en la companyia d'altres adults !!!





# LES ACTIVITATS

Tenen com a objectiu principal la de facilitar l'aprenentatge de l'esquí alpí i la pràctica d'activitats durant tot l'any, i són dissenyades per progressar a partir d'una pràctica dirigida i adaptada a cada participant, per aconseguir l'adquisició d'hàbits saludables i la millora d'aspectes físics i tècnics.

Esquí alpí i de muntanya, snowboard, alpí en línia, sortides amb BTT i E-Bikes, ascensió a cims, rutes i travesses a peu, descens de barrancs, escalada esportiva, vies ferrades, xerrades, tallers, celebracions i molt més!

**Descobreix totes les activitats i participa-hi!**

**Un programa complet d'activitats durant tot l'any !!!**





# EQUIP HUMA

El configura Tècnics Esportius i Educadors amb àmplia experiència a nivell formatiu.

Es dissenyen les sessions i activitats des d'un enfocament lúdic per créixer a partir de la diversió, adaptant-les sempre a l'edat, habilitats i objectius de cada participant.

Aplica una avaluació continuada de la millora, per tal d'adaptar en tot moment les estratègies i metodologies a emprar al llarg de les diferents activitats i èpoques de la temporada.



TECNICA MARES PARES

ADRIANA PENSI TDZ



---

## A ON I CALENDARI

La nostra estació principal és La Molina, ja que les seves instal·lacions permeten la progressió de tots els nivells, i la majoria de les seves pistes es caracteritzen per tenir una bona amplada.

Com estació pública que és, disposa d'una àmplia oferta d'abonaments de temporada, packs de forfets de varis dies, familiars, etc .. i una categorització més àmplia en quant a les franges d'edat.

La resta d'activitats es desenvolupen al voltant de la Cerdanya i el Berguedà principalment.



**TARDOR 2024 - MARES I PARES**

TARDOR 2024

TEMPORADA 24-25

**SETEMBRE 2024**  
 dll dm dc dj dv ds dg

						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

**OCTUBRE 2024**  
 dll dm dc dj dv ds dg

		1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13	
14	15	16	17	18	19	20	
21	22	23	24	25	26	27	
28	29	30	31				

**NOVEMBRE 2024**  
 dll dm dc dj dv ds dg

				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

**5 Diumenges - Matinals Activitats Muntanya**

22 Set. - Iniciació Escalada - Berguedà

13 Octubre - Ascensió La Tosa - Cerdanya

10 Novembre - Excursió BTT - Cerdanya

27 Octubre - Via Ferrada - Cerdanya

24 Nov. - Senderisme Catllarès - Berguedà

# CALENDARI



## HIVERN 2024-2025 - MARES I PARES

Sessions d'esquí de tots els nivells per a mares, pares i altres adults, i altres activitats de muntanya i celebracions

Per esbremar l'hivern!!

### HIVERN 2024 - 2025

#### DESEMBRE 2024

dll	dm	dc	dj	dv	ds	dg
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

#### GENER 2025

dll	dm	dc	dj	dv	ds	dg
			1	2	3	4
		5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

#### FEBRER 2025

dll	dm	dc	dj	dv	ds	dg
						1
						2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28		

### TEMPORADA 24-25

#### MARÇ 2025

dll	dm	dc	dj	dv	ds	dg
						1
						2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

### Sessions Esquí Mares i Pares

#### ABRIL 2025

dll	dm	dc	dj	dv	ds	dg
						1
						2
						3
						4
						5
						6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				



**ESTIU 2025 - MARES I PARES**

PRIMAVERA - ESTIU 2025

TEMPORADA 24-25

**MAIG 2025**  
 dll dm dc dj dv ds dg

			1	2	3	4	
5	6	7	8	9	10	11	
12	13	14	15	16	17	18	
19	20	21	22	23	24	25	
26	27	28	29	30	31		

**JUNY 2025**  
 dll dm dc dj dv ds dg

							1
2	3	4	5	6	7	8	
9	10	11	12	13	14	15	
16	17	18	19	20	21	22	
23	24	25	26	27	28	29	
30							

**JULIOL 2025**  
 dll dm dc dj dv ds dg

	1	2	3	4	5	6	
7	8	9	10	11	12	13	
14	15	16	17	18	19	20	
21	22	23	24	25	26	27	
28	29	30	31				

**5 Diumenges - Matinals Activitats Muntanya**

11 Maig - Iniciació Escalada (St. Julià Cerdanyola)  
 25 Maig - Trékking Aquàtic (Castellar de n'Hug)

8 Juny - Via Ferrada (vallcebre)

13 Juliol - PumpTrack (Bellver)  
 27 Juliol - Espeleologia (Pobla de Lillet)



# SESIONES I ACTIVITATS

TIPOLOGIA I METODOLOGIA

## MARES I PARES

### QUOTA ANUAL

500,00 €

Abans del 30/10

450 €

- 9 Sessions Esquí
- 10 Activitats Muntanya (Prim./Estiu/Tardor)

### PACK HIVERN FESTIUS

270,00 €

- 9 Sessions Esquí

#### Pack Primavera/Estiu

175,00 €

5 dies Activitats Muntanya

#### Pack Tardor

175,00 €

5 dies Activitats Muntanya

Dia Esquí Puntual

45,00 €

Dia Act. Muntanya Puntual

45,00 €

Els preus NO inclouen: llicències, assegurances, forfets, desplaçaments, allotjaments ni materials.



**“La millor estructura no es garantia de resultats. Però l’estructura equivocada es una garantia de fracàs”**

(Peter Drucker).



[info@torb.club](mailto:info@torb.club)

93 825 70 16 | 667 563 606

[www.torb.club](http://www.torb.club)

TEMPORADA 24/25