

Destinataris: infants d'educació primària

Preguem a tots els pares, mares i/o tutors que confirmeu amb la coordinadora del casal les observacions que es varen fer constar en el full d'inscripció, així com tot allò que considereu rellevant.

Cada setmana farem una sortida setmanal a la piscina (excepte la setmana de l'Illa Fantasia) i una trobada a diferents escoles amb nens i nenes d'altres casals per compartir l'esport fet aquella setmana.

Es pot consultar la programació de tot el casal i visualitzar les fotografies rellevants del dia a dia a través de la web de CET10 (www.cet10.org) i al Blog de l'AFA:
(<http://afaproven.wordpress.com/category/comissio-de-casals-i-colonies/>)

Estigueu atents a les indicacions que des del casal us facin els monitors i coordinador i als cartells que es penjaran a la porta del casal. Per diferents motius poden haver canvis en les activitats programades i se us pot demanar que porteu altres coses al casal.

CASAL ESPORTIU

3.2

**Esports alternatius
per als més curiosos**

Del 25 de juny al 31 de juliol



3 setmanes en anglès.



2 setmanes en català.

DOSSIER FAMILIAR

CASAL ESPORTIU

3.2

Esports alternatius
per als més curiosos

25 de juny	WHAT IS PINFUVOTE?
26 de juny	CAN DRAGÓ SWIMMING POOL
27 de juny	READY? PLAY
28 de juny	INTERCASAL MEETING
1 de juliol	LET'S DANCE
2 de juliol	BEACH TIME!
3 de juliol	TREKING ALL DAY LONG (SORTIDA DE TOT EL DIA)
4 de juliol	LET THE MUSIC PLAY!
5 de juliol	INTERCASAL MEETING
8 de juliol	THE RACKET IS MY FRIEND
9 de juliol	CAN DRAGÓ SWIMMING POOL
10 de juliol	SUPER PROVENS CHAMPIONSHIP
11 de juliol	INTERCASAL MEETING
12 de juliol	UBAE PARTY!
15 de juliol	QUE ES EL KINBALL
16 de juliol	GIMCANA ESPORTIVA
17 de juliol	SORTIDA ILLA FANTASIA (SORTIDA DE TOT EL DIA)
18 de juliol	PLATJA
19 de juliol	TROBADA INTERCASAL
22 de juliol	CIRCUIT D'HABILITATS AMB RODES
23 de juliol	PLATJA
24 de juliol	RODA I FES ESPORT
25 de juliol	CAMPIONAT MUNDIAL NATACIÓ
26 de juliol	FESTA FINAL CASAL
29 de juliol	JOC DE HIGH TOWER
30 de juliol	GIMCANA D'AIGUA
31 de juliol	BON ESTIIUUU!

QUÈ CAL PORTAR?

L'esmorzar de cada dia. Una ampolla d'aigua. La samarreta del casal per les sortides. Cal portar els dies de piscina crema solar i equip de bany.

EL MENÚ DEL CASAL

25/06 Mongeta tendra patata. Calamars a la romana amanida. Fruita
26/06 Fideus a la cassola. Pit de gall d'indi arrebossat amb pastanaga ratllada. Fruita.
27/06 Sopa de peix amb arròs. Rostit de llom amb xips. logurt
28/06 Estofat de llenties. Truita de carbassó i ceba amb amanida. Fruita.

01/07 Espaguetis amb tomàquet. Crestes de tonyina amb niu d'amanida. Fruita
02/07 Arròs a la cassola. Pollastre rostit al forn amb verdures. Fruita
03/07 Sopa d'au amb galets. Lluç al forn verdures. Fruita
04/07 Crema de verdures amb crostons. Mandonguilles vedella verdures. logurt
05/07 Estofat de llenties casolanes. Croquetes pollastre amanida. Fruita

08/07 Amanida de pasta amb tonyina, tomàquet, ou dur. Bacallà samfaina. Fruita.
09/07 Ensaladilla russa. Pernilets de pollastre. Fruita
10/07 Arròs amb salsa tomàquet. Lluç a la romana pastanaga. Fruita.
11/07 Crema de carbassó. Llom arrebossat amanida. logurt
12/07 Estofat de cigrons. Salsitxes de porc amb patates. Fruita.

15/07 Espaguetis a la napolitana. Croquetes de pernil amanida. Fruita.
16/07 Crema de verdures. Botifarra pagès amb patata al caliu. Fruita del temps
17/07 Paella marinera. Lluç amb salsa verda. Fruita del temps.
18/07 Mongeta tendra amb patata bullida. Fricando de vedella. logurt
19/07 Empedrat de mongeta amb tonyina. Pit de gall d'indi amb pastanaga. Fruita.

22/07 Macarrons bolonyesa. Calamars a la romana. Fruita.
23/07 Amanida campera. Pollastre rostit amb xampinyons. Fruita.
24/07 Crema de verdures. Suquet de lluç. Fruita.
25/07 Fideua a la marinera. Llom arrebossat. logurt
26/07 Estofat de llenties ecològiques. Truita d'espínacs. Fruita.

29/07 Amanida de pasta amb tonyina. Crestes de tonyina amanida. Fruita
30/07 Arròs tres delícies. Pollastre en salsa. Fruita.
31/07 Llenties estofades. Llom arrebossat amb patates xips. Fruita

