



Certificat d'acord de Junta de Govern Local

Hugo Barrós Moreno, secretari accidental de l'Ajuntament de Sant Quirze del Vallès,

CERTIFICO

Que la sessió Ordinària de Junta de Govern Local que va tenir lloc el dia 25/07/2023 , va adoptar l'acord que literalment transcriu a continuació:

ANTECEDENTS

El regidor d'Esports té com a objectiu promoure l'activitat física esportiva al municipi i entre els seus programes compta amb les activitats esportives municipals, programa subvencionat parcialment per joves, adults i gent gran.

FONAMENTS DE DRET

Article 4.4 de l'Ordenança Fiscal núm. 4.11 que regula la taxa per la utilització dels béns, instal·lacions municipals i prestació de serveis d'esports i cursets.

DISPOSICIÓ

S'adopta l'acord següent:

Primer.- Aprovar el programa d'activitats i les condicions pels inscrits a les activitats esportives municipals per al curs 2023-2024 següent:

“PROGRAMA D'ACTIVITATS ESPORTIVES MUNICIPALS curs 2023-2024

L'ajuntament ofereix dos programes d'activitats, un adreçat a les persones majors de 15 anys i un altre per les majors de 60 anys.

ACTIVITATS ESPORTIVES MUNICIPALS MAJORS DE 15 ANYS

IOGA

El ioga pretén, mitjançant la meditació, l'ascesi moral i els exercicis corporals, desenvolupar els nivells més elevats de consciència i integrar els aspectes físic, psíquic i espiritual de la persona.

De la seva pràctica en resulta la unió o integració de l'atman (ànima individual) amb el brahman (ànima universal) i és especialment recomanat per relaxar-se, millorar el control sobre el propi cos i la seva relació amb l'entorn.

IOGALATES

El iogalates és un exercici altament efectiu que combina el ioga i el pilates. La flexibilitat, el control tònic i d'altres elements del ioga amb les tècniques per la flexibilitat i tonificació del pilates s'uneixen per aportar-nos l'equilibri perfecte en la cura de cos i ment, tot millorant la nostra respiració i mobilitat.

Localitza la força en el centre (zona abdominal, glutis i lumbar), desenvolupa el cos de forma harmònica, assolint beneficis com l'allargament dels músculs, la tonificació del cos, la millora postural, el desenvolupament de la coordinació o l'estimulació de la circulació sanguínia.

Els exercicis efectuats amb precisió i de forma fluida necessiten de tota la nostra atenció per augmentar el control total del cos i de la respiració. Es tracta d'un autèntic entrenament realitzat "a mida", efectuant diferents postures dempeus, assentats o estirats.

El mètode iogalates ens permet millorar en les nostres activitats quotidianes, laborals, familiars i fins en d'altres esports.

PILATES

És un sistema d'entrenament físic i mental basat en diferents especialitats com la gimnàstica, la traumatologia, el ballet o el ioga, unint el dinamisme i la força muscular amb el control mental, la respiració i la relaxació. El mètode es centra en el desenvolupament dels músculs interns per mantenir l'equilibri corporal i donar estabilitat a la columna vertebral.

Tot i que el mètode s'ha desenvolupat i donat lloc a una gran quantitat d'estils, existeixen uns principis fonamentals d'alineació, centralització, concentració, control, precisió i fluïdesa.



Els exercicis estan fonamentalment compostos per moviments lents, molt conscients i coordinats amb la respiració, per crear un cos harmoniós, coordinat i flexible. A través de la pràctica, la ment va prenent consciència de les capacitats, limitacions, fortaleces i debilitats del cos per millorar l'estat físic i mental.

TONO

L'aeròbic o tono, és una activitat esportiva que es realitza amb suport musical i de forma coreografiada. Reuneix tots els beneficis de l'exercici aeròbic (amb presència d'oxigen suficient) i, a més de desenvolupar la resistència, també treballa la flexibilitat, la coordinació, l'orientació i el ritme.

En aquesta activitat s'utilitza el baix impacte (LIA) com a forma habitual de treball.

ACTIVITATS ESPORTIVES MUNICIPALS MAJORS DE 60 ANYS

AIGUAGIM

L'aiguagim és una variant de l'aeròbic que es realitza en el medi aquàtic i que, gràcies a l'aigua permet millorar els efectes de l'exercici sense patir traumatismes, tot treballant amb la llibertat que li confereix la flotació i podent dur a terme moviments impossibles en el medi terrestre.

Afavoreix la circulació sanguínia, la correcció postural, el desenvolupament de la musculatura, l'educació respiratòria, la flexibilitat, la resistència i la relaxació amb un component dinàmic i suport musical que el fa molt divertit.

GIMNÀSTICA DE MANTENIMENT

La gimnàstica de manteniment és un bon exercici per tota persona que vulgui mantenir-se sana. Sens dubte és una bona forma per afrontar de manera equilibrada l'entrenament corporal, caracteritzant-se per la realització de moviments suaus i sistemàtics que poden ser realitzats per gairebé qualsevol persona, sigui quina sigui la seva edat o sexe.

La gimnàstica de manteniment permet aprendre a contactar amb el propi cos, realitzar abdominals, exercitar cames, fer estiraments... essent una excel·lent ajuda en la prevenció de malalties cardiovasculars, osteoarticulars com l'artrosi o l'osteoporosi i malalties metabòliques com el sobrepès o l'obesitat.

2. HORARIS I PREUS

El curs començarà el dilluns 2 d'octubre de 2023 i finalitzarà el dijous 25 de juliol de 2024, tot seguint el calendari escolar pel que fa als festius i dies de lliure disposició a Sant Quirze.

PROGRAMA D'ACTIVITATS PER A MAJORS DE 15 ANYS

ACTIVITAT	HORARI	LLOC	PLACES	PREUS
logalates	dilluns i dimecres de 18:30 a 19:30	Torre Julià	30	Matrícula de 17,52€ i tres quotes de 39,98€
loga A	dimarts i dijous de 09:30 a 10:30	Sala Muriel Casals	30	
loga B	dimarts i dijous de 15:30 a 16:30		30	
loga C	dilluns i dimecres de 20:00 a 21:00	Casal Serra de Galliners	30	
loga D	dilluns i dimecres de 21:10 a 22:10		30	
Pilates A	dilluns i dimecres de 18:40 a 19:40	Escola Taula Rodona	30	Matrícula de 17,52€ i tres quotes de 32,30 €
Pilates B	dimarts i dijous de 19:50 a 20:50		30	
Tono	dimarts i dijous de 18:40 a 19:40		40	

Les famílies que acreditin disposar del carnet de nombroses i/o monoparentals, tindran una bonificació del 50% sobre la quota trimestral i la matrícula. Quedaran exempts del pagament de la matrícula aquells usuaris que iniciïn l'activitat durant el tercer trimestre del curs.

PROGRAMA D'ACTIVITATS PER A MAJORS DE 60 ANYS

ACTIVITAT	HORARI	LLOC	PLACES	QUOTA
Manteniment A	dimarts de 16:45 a 17:45	Sala Muriel Casals	30	15,46 €
Manteniment B	dijous de 16:45 a 17:45	Casal Serra de Galliners		
Manteniment C	dilluns de 16:30 a 17:30	Torre Julià	30	



Manteniment D	dimecres de 16:30 a 17:30			
Aiguagim A	dilluns d'11:00 a 12:00	Piscina coberta	50	
Aiguagim B	dimarts d'11:00 a 12:00			
Aiguagim C	dimecres d'11:00 a 12:00			
Aiguagim D	dijous d'11:00 a 12:00			

Les persones que participin a aquest programa hauran de fer un únic pagament en el moment de la inscripció.

3. SOL·LICITUDS D'INSCRIPCIÓ

El termini per presentar les sol·licituds d'inscripció és de l'1 al 17 de setembre de 2023. La preinscripció a les activitats esportives durant aquest període, es pot fer:

- En línia, des del tràmit corresponent:
<https://www.santquirzevalles.cat/tramits-i-gestions/tramits/inscripcio-activitats-esportives>
- Presencialment. En cas de necessitar ajuda per emplenar la inscripció, us podeu adreçar a l'Oficina d'Atenció Ciutadana dins l'horari del servei.

A les activitats de majors de 15 anys, cada usuari podrà escollir una activitat.

A les activitats de majors de 60 anys, cada usuari podrà escollir dues hores del programa.

A les activitats per a majors de 60 anys podran accedir també persones de menys edat, sempre que hi hagin places disponibles i que la sol·licitud vingui acompanyada d'un informe mèdic o tècnic que recomani aquest tipus d'activitat.

La sol·licitud d'inscripció no dona dret a cap plaça i tindran prioritat les persones empadronades al municipi i al barri de Les Fonts.

EL PROCEDIMENT SERÀ EL SEGÜENT:

a. LLISTA DE SOL·LICITUDS REBUDES:

Un cop finalitzat el període d'inscripcions, el 20 de setembre, es publicarà al tauler d'anuncis de l'Ajuntament i al web municipal les llistes de les sol·licituds rebudes per

activitat i l'ordre d'entrada al registre de carpeta ciutadana. En aquesta publicació es farà constar si és necessari realitzar sorteig per accedir a alguna de les activitats. El número de registre és amb el que es participarà en el sorteig, si s'escau.

b. APROVACIÓ DE LES LLISTES PROVISIONALS I SORTEIG

A les 10 hores del 21 de setembre, es constituirà la Comissió per l'adjudicació de les places disponibles, per tal dur a terme el sorteig si s'escau i/o aprovar la llista provisional d'inscrits. Aquesta Comissió estarà formada per:

President/a: Regidor/a d'Esports o regidor/a en qui delegui

Vocal 1: Tècnic/a d'Esports, o funcionari/a en qui delegui.

Vocal 2: Tècnic/a de gestió o funcionari/a en qui delegui.

Secretari/a: Administratiu/va d'Esports o funcionari/a en qui delegui.

El sorteig es realitzarà quan el número de sol·licituds rebudes sigui superior al de places disponibles.

Aquest acte públic es durà a terme al servei d'Esports, avinguda Pau Casals, 72 i s'aixecarà la corresponent acta, la qual serà publicada en el tauler d'anuncis de l'Ajuntament i al web municipal el mateix 21 de setembre.

La publicació de l'acta serveix a tots els efectes de notificació als interessats, sense perjudici de les notificacions personals que es facin des del servei gestor.

c. PERÍODE D'AL·LEGACIONS

Del 22 al 26 de setembre es podran presentar al·legacions a la llista d'admesos provisional publicada. Aquestes al·legacions seran resoltes per la Tinència d'Alcaldia de l'Àrea, abans de l'aprovació de la llista definitiva, i com a màxim el 28 de setembre de 2023.

d. LLISTES DEFINITIVES

Si no es reben al·legacions durant el període corresponent, la llista esdevindrà definitiva a tots els efectes.

Els usuaris no admesos passaran automàticament a formar part de la llista d'espera.

Les llistes definitives es publicaran al tauler d'anuncis de l'Ajuntament i al web municipal a partir del dia 28 de setembre de 2023.

4 LLISTES D'ESPERA



Restaran en llista d'espera aquelles persones que no hagin estat admeses. Un usuari en llista d'espera té la possibilitat de sol·licitar plaça en un altre grup mentre hi hagi places disponibles.

5 ALTES FORA DE TERMINI

En el supòsit de que algú vulgui participar d'alguna activitat esportiva un cop transcorregut el període d'inscripció, ho podrà sol·licitar:

- En línia, des del tràmit corresponent:

<https://www.santquirzevalles.cat/tramits-i-gestions/tramits/inscripcio-activitats-esportives>

- Presencialment. En cas de necessitar ajuda per emplenar la inscripció, us podeu adreçar a l'Oficina d'Atenció Ciutadana dins l'horari del servei.

Des del servei d'Esports es contactarà amb les persones que hagin fet una alta fora de termini per confirmar la disponibilitat de plaça i fer l'alta si s'escau.

Es girarà el rebut del trimestre sencer i de la matrícula, independentment de la data en la que es faci.

Quedaran exempts del pagament de la matrícula aquells usuaris que iniciïn l'activitat durant el tercer trimestre del curs.

6 PAGAMENT

El pagament és farà mitjançant càrrec al compte corrent facilitat en el moment de la inscripció en 3 terminis:

- El primer pagament al mes d'octubre correspondrà a la matrícula i als mesos d'octubre a desembre.
- El segon pagament al mes de gener correspondrà als mesos de gener a març.
- El tercer pagament al mes d'abril, correspondrà als mesos de d'abril a juliol.

Si un alumne preinscrit que aconsegueix plaça, no vol participar a l'activitat, haurà de donar-se de baixa abans de l'inici de les activitats, per tal d'evitar així el càrrec de la matrícula i la quota trimestral.

Un cop iniciat el curs, no es retornarà l'import de la matrícula ni del trimestre, excepte per motius de salut acreditant la situació mitjançant un informe mèdic.

Un rebut impagat suposarà la baixa automàtica de les activitats.

7 BAIXES

Per donar-se de baixa de les activitats esportives un cop iniciades, es pot fer:

- En línia, des del tràmit corresponent:

<https://www.santquirzevalles.cat/tramits-i-gestions/tramits/185>

- Presencialment. En cas de necessitar ajuda per emplenar la baixa, us podeu adreçar a l'Oficina d'Atenció Ciutadana dins l'horari del servei.

Per tal que no es carregui el rebut del trimestre que correspongui, les baixes s'hauran de fer amb una antelació d'un mes a la facturació del trimestre.

Baixa del 1r trimestre: s'haurà de tramitar abans del 7 d'octubre de 2023.

Baixa del 2n trimestre: s'haurà de tramitar abans del 21 de desembre de 2023.

Baixa del 3er trimestre: s'haurà de tramitar abans del 21 de març de 2024.

Un cop emesa la facturació del trimestre, no es retornaran els imports satisfets.

L'usuari que retorni el rebut al banc, el tornarà a rebre amb recàrrec.

8 ASSISTÈNCIA

En el cas que l'alumne deixi d'assistir a 4 classes seguides sense avís o causa justificada i en el seu grup hi hagi persones en llista d'espera, podrà perdre el dret sobre la plaça ocupada en benefici de la següent persona de la llista d'espera, en no utilitzar-la.

La baixa li serà comunicada a través del correu electrònic facilitat en el moment de la inscripció, o mitjançant carta enviada al seu domicili.

En cas de que això succeeixi no es podrà reclamar l'import de les despeses que fins al moment s'hagin produït.

9 TANCAMENT DE GRUPS

En el supòsit que la inscripció inicial d'algun dels grups no arribi a un mínim de 10 persones, aquest es podrà tancar, convidant als inscrits a passar a un altre grup.

En cas que l'assistència d'un grup es redueixi al 50% respecte a la inscripció inicial, l'Ajuntament podrà considerar la seva anul·lació”

Segon.- Disposar que la composició de la Comissió per aprovar la llista d'admesos provisional serà la següent:

	Titular	Suplent
--	---------	---------



President	David Garriga Comas, regidor d'Esports	El regidor/a que la substitueixi
Vocal	Lídia Herrero Sansano, tècnica de gestió de l'Àrea d'Acció Social	El funcionari/a que el substitueixi
Vocal	Albert Morera Morales, tècnic d'Esports	El funcionari/a que el substitueixi
Secretari	Felisa Mora García, funcionària del servei d'Esports	El funcionari/a que la substitueixi

I, perquè consti, lliuro aquest certificat, estès a l'empara del què disposa l'article 206 del RD 2568/1986, de 28 de novembre, d'ordre i amb el vistiplau de l'alcaldeessa, Sra. Elisabeth Oliveras i Jorba.

Vist i plau,