

ESFUERZA VERANO 2022

Inscripción abierta del 23 de mayo al 3 de junio de 2022



VELA INCLUSIVA

Aula Esfuerza Fundación María José Jove en Marina Coruña (Dique de abrigo)

Actividad en 6 turnos: 27 junio-16 septiembre*

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
10:00-12:30	GRUPO A	GRUPO A	GRUPO A	GRUPO A	GRUPO A
12:30-15:00	GRUPO B	GRUPO B	GRUPO B	GRUPO B	GRUPO B

(Grupos reducidos)

1^{er} Turno 27 junio-7 julio 3^o Turno 26 julio-4 agosto 5^o Turno 22 agosto-2 sep.
2^o Turno 11-21 julio 4^o Turno 8-19 agosto 6^o Turno 5-16 septiembre

* Los viernes de los turnos 1^o, 2^o y 3^o no hay actividad.



PIRAGÜISMO INCLUSIVO

Aula Esfuerza Fundación María José Jove en Marina Coruña (Dique de abrigo)

Actividad en 6 turnos: 27 junio-16 septiembre*

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
10:00-12:00	GRUPO A	GRUPO A	GRUPO A	GRUPO A	GRUPO A
12:00-14:00	GRUPO B	GRUPO B	GRUPO B	GRUPO B	GRUPO B

(Grupos reducidos)

1^{er} Turno 27 junio-7 julio 3^o Turno 26 julio-4 agosto 5^o Turno 22 agosto-2 sep.
2^o Turno 11-21 julio 4^o Turno 8-19 agosto 6^o Turno 5-16 septiembre

* Los viernes de los turnos 1^o, 2^o y 3^o no hay actividad.



AYUDA EN PLAYA

Playa de Oza, A Coruña

Actividad en 3 turnos: 29 junio-15 septiembre*

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
11:00-13:45	GRUPO 1	GRUPO 3	GRUPO 1	GRUPO 3	GRUPO 1
14:15-17:00	GRUPO 2	GRUPO 4	GRUPO 2	GRUPO 4	GRUPO 2

(Grupos reducidos)

1^{er} Turno: 29 junio-29 julio 2^o Turno: 1-31 agosto 3^o Turno: 1-15 septiembre

Actividad Física Adaptada

ESFUERZA es un emblemático programa de Actividad Física Adaptada que llevan a cabo la Fundación María José Jove y la Fundación "la Caixa". Está dirigido a personas con y sin diversidad funcional que, con independencia de sus particularidades, desean mejorar su calidad de vida a través de actividades deportivas saludables.

ESFUERZA Verano 2022 se desarrollará en grupos reducidos y para su realización se respetarán, en su caso, las medidas oportunas de control y prevención de la transmisión del Covid-19.

¿Quién puede participar?

Ayuda en Playa: Personas con un grado de discapacidad igual o superior al 33% y que sean mayores de 8 años cuando se inicie el programa.

Vela y Piragüismo inclusivos: Personas con un grado de discapacidad igual o superior al 33% y que sean mayores de 8 años cuando se inicie el programa.

Personas que no tienen diversidad funcional, que sean mayores de 8 años cuando se inicie el programa y que sepan nadar.

Recomendamos a todas las personas con una mayor vulnerabilidad ante la infección por COVID-19 que mantengan el uso de mascarilla durante el desarrollo de la actividad al suponer un contacto prolongado con otras personas.



INSCRIPCIONES Y BASES PARA LA INSCRIPCIÓN EN:

www.fundacionmariajosejove.org

☎ 981 160 265

Este proyecto cuenta con la colaboración de:



La Fundación María José Jove se reserva el derecho para acordar la suspensión y consiguiente cancelación de las actividades del Programa ESFUERZA Verano 2022, o bien, la modificación de las condiciones en las que dichas actividades se lleven a cabo, por causas de fuerza mayor, y/o como consecuencia de una decisión, orden o norma emitida por las autoridades sanitarias (sean estatales, autonómicas o locales) derivada de la situación de alerta sanitaria provocada por el COVID 19 o similar. Además para la realización de ESFUERZA, se respetarán en todo momento, las medidas oportunas de control y prevención de la transmisión del Covid-19.

La Fundación María José Jove se reserva el derecho de poder modificar, si fuese necesario, la formación de grupos en las actividades para un correcto desarrollo y funcionamiento del Programa Esfuerza. También se reserva el derecho de poder suprimir algún grupo si las plazas no son cubiertas.