

## ENTRENAMENTS NATACIÓ PASQUA 2026

CENTRE ESPORTIU ELS SERRADELLS

### INFORMACIÓ IMPORTANT

Novament, es recorda la importància de l'assistència a **totes** les sessions d'entrenament.

La raó és la necessària i lògica distribució i aprenentatge de continguts que, de no tenir continuïtat en l'assistència, és impossible d'assegurar. Si això ocorre, aquestes activitats deixen de tenir sentit i els esportistes sofreixen pauses molt preocupants per a la seva progressió i posterior rendiment.

#### 1. GRUP PERMANENT FAN / TECNIFICACIÓ / CATEGORIA INFANTIL

|                                      | <b>Dilluns</b><br><b>30/03/26</b> | <b>Dimarts</b><br><b>31/03/26</b> | <b>Dimecres</b><br><b>01/04/26</b> | <b>Dijous</b><br><b>02/04/26</b> |
|--------------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|------------------------------------|----------------------------------|
| <i>Matí</i>                          | 08-10h                            | 08-10h                            | 08-10h                             | 08-10h                           |
| <i>Gimnàs</i>                        | 10h -10:45 h                      | 10h -10:45 h                      | 10h -10:45 h                       | 10h -10:45 h                     |
| <i>Tarda</i>                         | 16-18h                            | 16-18h                            | 16-18h                             | 16-18h                           |
| <i>Estela Montejo – Pablo Prieto</i> |                                   |                                   |                                    |                                  |

|                       | <b>Dimarts</b><br><b>07/04/26</b> | <b>Dimecres</b><br><b>08/04/26</b> | <b>Dijous</b><br><b>09/04/26</b> | <b>Divendres</b><br><b>10/04/26</b> |
|-----------------------|-----------------------------------|------------------------------------|----------------------------------|-------------------------------------|
| <i>Matí</i>           | 08-10h                            | 08-10h                             | 08-10h                           | 08-10h                              |
| <i>Gimnàs</i>         | 10h -10:45 h                      | 10h -10:45 h                       | 10h -10:45 h                     | 10h -10:45 h                        |
| <i>Tarda</i>          | 16-18h                            | 16-18h                             | 16-18h                           | 16-18h                              |
| <i>Rodrigo Franco</i> |                                   |                                    |                                  |                                     |

**Nedadors convocats Grup FAN i Tecnificació – nedadors que entrenen amb la FAN a la sessió d'AM -.**

Nedadors convocats categoria infantil:

| Masculí         | Club               | Femení            | Club               |
|-----------------|--------------------|-------------------|--------------------|
| Manel Farras    | 2011 CLESER        | Arlet Laya        | 2011 CLESER        |
| Tom Rodriguez   | 2011 CLESER        | Txell Gil         | 2011 CLESER        |
| Alex Aran       | 2011 CN Serradells | Anaïs de Assunção | 2011 CN Serradells |
| Lucas Alonso    | 2012 CLESER        | Júlia Espinosa    | 2011 CN Serradells |
| Guillem Farras  | 2012 CN Serradells | Lucia Dias        | 2011 CN Serradells |
| Rodrigo Da Cruz | 2012 CN Serradells | Mireia Rayo       | 2011 CN Serradells |
| Jaime Maltrana  | 2012 CN Serradells | Duna Jorge        | 2012 CLESER        |
|                 |                    | Aina Montoto      | 2012 CN Serradells |

## 2. GRUP ALEVÍ

|      | Dimarts<br>07/04/26   | Dimecres<br>08/04/26 | Dijous<br>09/04/26 | Divendres<br>10/04/26 |
|------|-----------------------|----------------------|--------------------|-----------------------|
| Matí | 11-12:30h             | 11-12:30h            | 11-12:30h          | 11-12:30h             |
|      | <i>Rodrigo Franco</i> |                      |                    |                       |

Nedadors convocats categoria aleví:

| Masculí         | Club               | Femení                 | Club               |
|-----------------|--------------------|------------------------|--------------------|
| Mohamed Hadjadj | 2012 CN Escaldes   | Abril Juan             | 2013 CLESER        |
| Martí Trabal    | 2013 CLESER        | Alba Cobas             | 2013 CLESER        |
| Alex Garcia     | 2013 CN Serradells | Carlota Guerra         | 2013 CN Serradells |
| Alex Sielmann   | 2013 CN Serradells | Iria Rivas             | 2013 CN Serradells |
| Cosme Carrillo  | 2013 CN Serradells | Valeria Lopez          | 2013 CN Serradells |
| Marc Garcia     | 2013 CN Serradells | Aina Vilariño          | 2014 CLESER        |
| Marco Arranz    | 2014 CLESER        | Maria Gomez - Perretta | 2014 CLESER        |
| Thiago Alvarez  | 2014 CN Escaldes   | Mia Juan               | 2014 CLESER        |
| Iñaki Gamallo   | 2014 CN Serradells | Paula Llaras           | 2014 CLESER        |
| Iurii Gorelikov | 2014 CN Serradells | Ainet Teixidó          | 2014 CN Escaldes   |
| Martí Girau     | 2014 CN Serradells | Oriana Veigas          | 2014 CN Escaldes   |
| Pol Spinola     | 2014 CN Serradells | Emma Solé              | 2014 CN Serradells |
|                 |                    | Nora Monter            | 2014 CN Serradells |
|                 |                    | Julia Majoral          | 2014 LAUesport     |
|                 |                    | Paula Huerga           | 2014 LAUesport     |

**Es necessitarà el MATERIAL normal d'entrenament.**

Categories infantil i majors han de portar roba per a gimnàs.