


Introducció a les proves combinades

Els esports de proves combinades són disciplines en les que els participants fan, de forma continuada, més d'una especialitat esportiva. En el **Triatló** s'enllacen tres proves: *natació, ciclisme i cursa a peu*. En el **Biatló** s'enllacen dues proves: *natació i cursa atlètica*. En el transcurs d'aquest curs 2023/2024, els vostres fills i les vostres filles participaran a la jornada final del programa municipal Triatló (2n i 4t d'ESO) o de Biatló (6è de primària), que organitza l'Institut Barcelona Esport.



A la jornada final de **Biatló**, l'alumnat es desplaçarà a l'Anella Olímpica de Montjuïc (*Cursa*) i a les piscines Bernat Picornell (*natació*) i per la de **Triatló**, a la Platja de la Mar Bella (*natació*), al Centre Esportiu Municipal La Mar Bella i al Front Marítim barceloní (*bicicleta i cursa*) per participar en aquestes disciplines treballades a l'escola durant els darrers mesos en un ambient lúdic i festiu compartit amb altres centres educatius.

ELS TEUS FILLS I FILLES FAN ESPORT?

Les **proves combinades** són una bona oportunitat per entrar en contacte amb les entitats de la ciutat que organitzen esport extraescolar. Tan sigui combinant disciplines com treballant per separat la natació, l'atletisme o el ciclisme.



**CENTRES
HOMOLOGATS
DE PROVES
COMBINADES A
BARCELONA**

**CERCADOR
D'ACTIVITATS
HOMOLOGADES**

**ORGANITZADORS
D'ENTRENAMENTS
EN HORARI LECTIU**

Si voleu que els vostres fills i filles comencin a fer esport extraescolar i no sabeu on fer-ho ni quina activitat escollir poseu-vos en contacte amb nosaltres.

Servei d'assessorament



93 515 80 67



lligat@ceeb.cat

QUI ORGANITZA ACTIVITAT DE PROVES COMBINADES HOMOLOGADA A BARCELONA?

Districte I - Ciutat Vella:

- **Club Natació Barcelona (Club Natació Barcelona) Triescola** 932 214 600 / cnb@cnb.cat
- **Superacció (CEM Marítim)** 673 655 789 / superaccio@superaccio.org

Districte V - Sarrià - Sant Gervasi:

- **Fundació Claror (CEM Can Caralleu)** 934 761 390 / sardenya@claror.cat

Districte IX - Sant Andreu:

- **Club Natació Sant Andreu (Complex Esportiu Fabra i Coats) Trifabra** 933 456 789 / atencioalclient@cnsantandreu.com

Districte X - Sant Martí:

- **Superacció (CEM La Mar Bella)** 673 655 789 / superaccio@superaccio.org

QUI ORGANITZA ENTRENAMENTS DE BIATLÓ O TRIATLÓ ESCOLAR EN HORARI LECTIU?

Per preparar la seva participació a les jornades, una part de l'alumnat ha tingut l'oportunitat d'entrenar prèviament de mans d'especialistes que col·laboren amb els programes. Dues entitats que també són motors d'aquestes disciplines. **Biatló** (Federació Catalana de Pentatló modern) i **Triatló** (ProAm Training).

- **ProAm Training (CEM La Mar Bella, Estadi Joan Serrahima, Swimlab Piscina Maristes, CEM Maresme i Platja Mar Bella)** 692 025 155 / 680 865 088 / <https://www.proamtraining.com>
- **Federació Catalana de Pentatló Modern** 936 354 100 / <https://pentatlo.cat>

[Proposta Federació Catalana
de Pentatló modern](#)

[Proposta
CN Sant Andreu](#)

