



CARTA INFORMATIVA MÀSTERS TEMPORADA 2026-2027

Benvolguts/des,

Amb aquesta carta us volem informar del funcionament del grup Màsters de l'ECOA per a la temporada 2026-2027.

El grup mantindrà la mateixa línia de funcionament que la temporada passada, seguint el calendari d'entrenaments i activitats establert pel club.

L'objectiu principal del grup és oferir un programa d'entrenament adaptat a esquiadors adults que vulguin continuar millorant i perfeccionant la seva tècnica d'esquí, tant en esquí lliure com dins dels traçats.

Els entrenaments seguiran la metodologia d'entrenament i d'esquí de competició de l'ECOA, adaptant el treball al nivell, les característiques i els objectius dels integrants del grup.

Durant la temporada es treballaran aspectes de tècnica, trajectòria, adaptació als diferents terrenys i condicions de neu, així com treball específic de GS i SL.

Calendari

El grup Màsters seguirà el calendari de dies d'esquí establert per l'ECOA per a la temporada 2026-2027.

La planificació dels entrenaments s'adaptarà a les condicions de neu, la disponibilitat de pistes i traçats i els objectius tècnics establerts pels entrenadors.

Durant la temporada es combinaran sessions d'esquí lliure, GS, SL i treball tècnic específic, buscant una evolució progressiva de cada esquiador.

Funcionament general i horaris

El funcionament general del grup Màsters i els horaris d'entrenament es mantindran en la mateixa línia que la temporada passada.

L'horari habitual dels entrenaments serà de 8.45 h a 13.45 h.

Qualsevol modificació puntual que es pugui produir al llarg de la temporada serà comunicada prèviament als participants.

Entrenaments

Els entrenaments estaran planificats pels tècnics del club en funció de les condicions i dels objectius de cada sessió.

Es combinarà el treball d'esquí lliure amb entrenaments dins de traçat, principalment en les disciplines de GS i SL.

L'objectiu serà que cada integrant pugui continuar evolucionant des del seu nivell, millorant l'eficiència tècnica i adquirint més recursos per adaptar-se a diferents situacions i condicions d'esquí.

Competicions

Els integrants del grup que ho desitgin podran participar en les competicions de Màsters que es proposin durant la temporada.

L'entrenador informará de les proves que puguin ser d'interès per al grup i de la planificació esportiva corresponent.

En cas de participació, caldrà anticipar-se als terminis d'inscripció de cada prova. Cada participant serà responsable de demostrar el seu interès a l'entrenador i de gestionar la seva inscripció amb el club dins dels terminis establerts, llevat que el club indiqui un altre procediment.

Material

Els participants hauran de disposar de material adequat al seu nivell i al tipus d'entrenament, especialment per a les sessions específiques de GS i SL.

Es recomana disposar d'esquís i botes adequats per al treball de competició, així com de les proteccions específiques necessàries per a cada disciplina.

Abans de comprar o renovar material, es recomana consultar amb els entrenadors del grup, especialment pel que fa a esquís, botes i proteccions.

Casc

Serà obligatori l'ús del casc d'esquí durant els entrenaments.

Per als entrenaments i competicions en què la normativa corresponent ho exigeixi, s'haurà d'utilitzar el casc homologat específic requerit per a la disciplina.

El casc haurà d'estar en bon estat i ser de talla ajustada i adequada a l'esquiador.

Roba oficial

La roba oficial de l'ECO A és obligatòria per a tots els corredors i corredores.

Compromís i funcionament del grup

La regularitat i l'assistència als entrenaments permeten donar continuïtat al treball realitzat i afavoreixen l'evolució tècnica de cada esquiador.

El grup Màsters busca combinar l'entrenament i el perfeccionament tècnic amb un entorn esportiu de club, mantenint una metodologia de treball estructurada i adaptada als objectius dels seus integrants.

El club i els entrenadors aniran adaptant les sessions durant la temporada en funció de l'evolució del grup, les condicions i els objectius esportius.

Salutacions cordials,

Adrià Palencia

Director Tècnic

Esquí Club Ordino Arcalís