

# ESTADES ESPORTIVES D'ESTIU 2025

## ROBA ADEQUADA

Cal portar roba adequada (pantalons curts, samarreta, gorra i calçat esportiu tancat).  
Es recomana portar roba de recanvi.

## PISCINA

Cada dia s'anirà a la piscina.  
Cal portar banyador, casquet de bany, xancletes i tovallola.

## ESMORZAR

Es recomana portar esmorzar sòlid i una ampolla d'aigua.

## PROTECCIÓ SOLAR

Es recomana portar crema solar protectora.

## CONSELLS

+INFO: [WWW.TARRAGONA.CAT/ESPORTS](http://WWW.TARRAGONA.CAT/ESPORTS)  
[ESTADESPMET@TARRAGONA.CAT](mailto:ESTADESPMET@TARRAGONA.CAT)

## MATERIAL

Cal portar un estoig amb material bàsic per als tallers de manualitats (colors, tisores, barra de pegament...). Només nascuts/des entre 2016-2021.

## OBJECTES DE VALOR

Es recomana que no es portin aparells electrònics, mòbils, objectes de valor, etc. El PMET no es farà responsable d'una possible pèrdua o deteriorament d'aquests.

## HORARIS

L'horari de l'activitat és de 9.00 a 14.00 hores. Existeix un servei d'acollida, gratuït, de 8.00 a 9.00 hores. Per a un correcte desenvolupament de les activitats, es prega que respectin els horaris d'entrada i sortida establerts.