

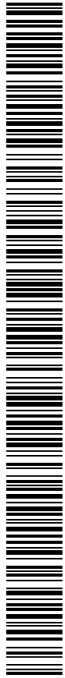


**PLEC DE PRESCRIPCIONS TÈCNiques PER A LA CONTRACTACIÓ DELS SERVEIS
D'ACTIVITATS FÍSiques PER A ADULTS, GENT GRAN I JOVES DEL MUNICIPI DE
LLAMBILLES, PROMOgut PER L'AJUNTAMENT DE LLAMBILLES**

EXPEDIENT: SECRETARIA/SERVEIS/X2024000080

RELACIÓ DE CONTINGUTS

1. Objecte del contracte	2
2. Funcions a desenvolupar per part de l'empresa adjudicatària. Condicions tècniques bàsiques del contracte	3
3. Aspectes generals del contracte	11
4. Personal que prestarà el servei	13
6. Memòria de la prestació del servei	19
7. Control, seguiment i inspecció de la prestació del servei	19
8. Material tècnic	20
9. Ràtios dels diferents grups d'activitat	20
10. Documentació bàsica que haurà de presentar l'empresa adjudicatària al llarg del període d'execució del contracte	21
Annex 1. Calendari provisional	23



PLEC DE PRESCRIPCIONS TÈCNiques PER A LA CONTRACTACIÓ DELS SERVEIS D'ACTIVITATS FÍSiques PER A ADULTS, GENT GRAN I JOVES DEL MUNICIPI DE LLAMBILLES

1. Objecte del contracte

El present plec té per objecte promoure l'activitat física i esportiva entre la població de Llambilles en els termes que es recullen en aquest document.

El servei a prestar inclou la coordinació general de les activitats, la comunicació i difusió, la programació i dinamització de les activitats, la supervisió i seguiment i la contractació del personal tècnic necessari.

Per al seu desenvolupament es requereix la contractació de la prestació de serveis esportius necessaris per al desenvolupament dels programes esportius de l'Ajuntament de Llambilles d'acord amb la codificació 92600000-7 (Serveis esportius), per als següents serveis objecte del contracte:

- Activitats físiques dirigides per a Adults.
- Activitats físiques de manteniment per a Gent Gran.
- Activitat Multiesportiva per a Joves.

L'espai esportiu municipal on es durà a terme la prestació de serveis és el Local Social de Llambilles. Tanmateix, i segons les necessitats, es poden incorporar altres espais.

PLEC DE PRESCRIPCIONS TÈCNiques PER A LA CONTRACTACIÓ DELS SERVEIS D'ACTIVITATS FÍSiques PER A ADULTS, GENT GRAN I JOVES DEL MUNICIPI DE LLAMBILLES

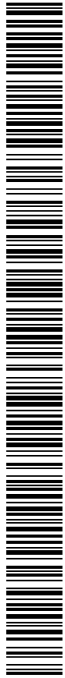
2. Funcions a desenvolupar per part de l'empresa adjudicatària. Condicions tècniques bàsiques del contracte

La prestació d'aquests serveis es farà sota la supervisió de l'Ajuntament de Llambilles i en concret de la persona/es que es designi/n a tal efecte.

2.1 Condicions generals del servei

Les funcions de l'empresa contractista seran les següents:

- a) Prestar el servei objecte del contracte a partir de la seva entrada en vigor, d'acord amb les previsions establertes en el Plec de clàusules tècniques i clàusules administratives particulars o que en resultin de l'oferta adjudicativa. Així, seran obligatòries per al contractista les millores d'execució que pugui oferir en el procés de selecció, d'acord amb la regulació específica d'aquest, i sempre que hagin estat acceptades per l'Ajuntament.
- b) Aportar els mitjans humans descrits en l'objecte del contracte mantenint sempre el nombre de personal mínim requerit per la prestació del servei i/o aquell que figuri en la seva oferta, amb la titulació i formació mínima que es requereix en funció de l'activitat a desenvolupar.
- c) Col·laborar en la planificació de les activitats dirigides amb la finalitat de poder adoptar un criteri de màxim aprofitament social i esportiu.
- d) Elaborar una programació tècnica i detallada i adequada al pla d'ús de les diferents activitats dirigides, fent l'execució, coordinació i seguiment de les diferents activitats, cercant l'eficàcia i eficiència del servei i rendibilitzant recursos, amb indicació del personal principal que prestarà el servei.
- e) Realitzar el control i inspecció de la prestació del servei de monitoratge de les activitats dirigides.
- f) Elaborar un programa de formació per als seus treballadors.
- g) Conèixer, complir i informar dels reglaments interns i normes de comportament dels diferents serveis esportius i de les instal·lacions on es desenvolupen tant el seu personal com als usuaris/es de les instal·lacions.
- h) Rebre i atendre les instruccions que es considerin necessàries i pertinents per part dels responsables de la unitat d'esports.



PLEC DE PRESCRIPCIONS TÈCNiques PER A LA CONTRACTACIÓ DELS SERVEIS D'ACTIVITATS FÍSiques PER A ADULTS, GENT GRAN I JOVES DEL MUNICIPI DE LLAMBILLES

- i) Permetre i facilitar la inspecció dels serveis per tal de comprovar i garantir el bon funcionament de la seva prestació, així com la intervenció, sempre i quan sigui per la millora del servei.
- j) Fer un correcte ús de les instal·lacions i del material utilitzat en les diferents activitats durant la prestació del servei, responsabilitzant-se del seu bon ús.
- k) La música que hagin de fer servir els/les monitors/es que duen a terme activitats que necessiten de suport musical la decidiran ells/elles mateixos i l'aportarà l'empresa adjudicatària. L'empresa es farà càrrec de les despeses d'adquisició dels CD o la música en qualsevol altre format i del pagament dels drets d'autor que se'n derivin del seu ús.

Responsabilitzar-se de la qualitat tècnica dels treballs que desenvolupi i de les prestacions i serveis realitzats, així com de les conseqüències que es dedueixin per l'Ajuntament o per a tercers de les omissions, errors, mètodes inadequats o conclusions incorrectes en l'execució del contracte.

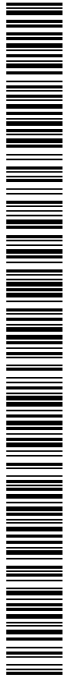
2.2 Funcions tècniques mínimes a desenvolupar per part de l'empresa adjudicatària

Les funcions tècniques mínimes a desenvolupar per l'empresa adjudicatària seran els següents:

2.2.1. Serveis

L'empresa adjudicatària haurà de:

- Aportar el personal qualificat adient per a la realització de les activitats que són objecte d'aquest plec.
- Col·laborar en la planificació de l'ús i realització dels serveis esmentats amb l'objectiu d'oferir un servei de qualitat en una línia de millora continua i treball en equip, incloent-hi la participació continua de l'usuari.



PLEC DE PRESCRIPCIONS TÈCNiques PER A LA CONTRACTACIÓ DELS SERVEIS D'ACTIVITATS FÍSiques PER A ADULTS, GENT GRAN I JOVES DEL MUNICIPI DE LLAMBILLES

L'oferta de serveis que ha de realitzar l'empresa adjudicatària serà la següent:

a) Activitats físiques dirigides a Adults:

Consisteixen en la conducció, control i direcció de la pràctica esportiva que es desenvoluparà en les instal·lacions destinades a fer les activitats dirigides objecte del contracte per part del personal tècnic esportiu especialitzat.

La durada de les activitats serà de setembre a juny.

Les activitats previstes seran les següents, amb el benentès que l'Ajuntament les pot substituir per altres activitats esportives de tipologia anàloga sempre i quan aquestes activitats no requereixin titulacions diferents per part del personal tècnic esportiu que les imparteix:

- Pilates.

Aquesta disciplina se centra en la millora de la força, la flexibilitat, la coordinació i la postura corporal mitjançant una sèrie d'exercicis controlats i precisos. Pilates posa èmfasi en la connexió entre la ment i el cos, destacant la importància de la concentració, la respiració correcta i el control del moviment.

L'objectiu final és desenvolupar un cos fort, equilibrat i flexible, millorant alhora la consciència corporal i la postura.

Horari de realització previst, de setembre a juny:

- Dilluns de 20,30h a 21,30h
- Dimecres de 19,30h a 20,30h

Aquest horari pot ser modificat d'acord amb el què assenyala la clàusula 3.1 d'aquest plec.



PLEC DE PRESCRIPCIONS TÈCNiques PER A LA CONTRACTACIÓ DELS SERVEIS D'ACTIVITATS FÍSiques PER A ADULTS, GENT GRAN I JOVES DEL MUNICIPI DE LLAMBILLES

- Entrenament funcional

L'entrenament funcional és una modalitat d'exercici que es caracteritza per la seva orientació cap a la millora de les funcions i habilitats essencials per al rendiment òptim en les activitats diàries i els moviments naturals del cos. Posa èmfasi en la millora de la coordinació, la força, la flexibilitat i l'estabilitat de manera integrada.

Horari de realització previst, de setembre a juny:

- Dilluns de 19,30h a 20,30h
- Dimecres de 20,30h a 21,30h

Aquest horari pot ser modificat d'acord amb el què assenyala la clàusula 3.1 d'aquest plec.

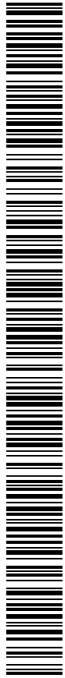
- Zumba

Programa d'entrenament basat en la dansa que combina ritmes llatins amb exercicis aeròbics. Amb una música animada, aquesta activitat ofereix una experiència de fitness divertida i inclusiva, adaptada a tots els nivells. Beneficia la condició física general, millora la coordinació i proporciona una forma entretinguda d'exercitar-se. Ideal per a aquells que busquen una opció dinàmica i socialment agradable per mantenir-se actius.

Horari de realització previst, de setembre a juny:

- Dimarts de 18,00h a 19,00h
- Dijous de 19,30h a 20,30h

Aquest horari pot ser modificat d'acord amb el què assenyala la clàusula 3.1 d'aquest plec.



PLEC DE PRESCRIPCIONS TÈCNiques PER A LA CONTRACTACIÓ DELS SERVEIS D'ACTIVITATS FÍSiques PER A ADULTS, GENT GRAN I JOVES DEL MUNICIPI DE LLAMBILLES

b) Activitats físiques de manteniment per a Gent Gran:

Consisteixen en la conducció, control i direcció de la pràctica esportiva que es desenvoluparà en les instal·lacions destinades a fer les activitats dirigides objecte del contracte per part del personal tècnic esportiu especialitzat.

La durada de les activitats serà de setembre a juny.

Les activitats destinades al manteniment de Gent Gran seran les següents:

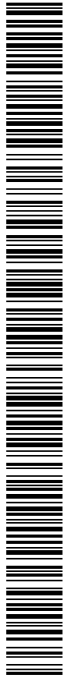
Programes especialitzats dissenyats per fomentar la salut i el benestar dels adults majors . Aquestes sessions d'exercici han d'estar curosament adaptades per abordar les necessitats específiques de la població de gent gran, prioritzant la mobilitat, la força muscular i la flexibilitat.

Amb l'objectiu de proporcionar una experiència segura i accessible, aquest programa ha d'incorporar exercicis apropiats per a diferents nivells de condició física. Aquest programa no només ha de promoure la salut física, sinó que també ha de buscar fomentar una comunitat activa i saludable.

Horari de realització previst, de setembre a juny:

- Dilluns, dimecres i divendres de 09,00h a 10,00h

Aquest horari pot ser modificat d'acord amb el què assenyala la clàusula 3.1 d'aquest plec.



PLEC DE PRESCRIPCIONS TÈCNiques PER A LA CONTRACTACIÓ DELS SERVEIS D'ACTIVITATS FÍSiques PER A ADULTS, GENT GRAN I JOVES DEL MUNICIPI DE LLAMBILLES

c) Activitat Multiesportiva per a Joves:

Consisteixen en la conducció, control i direcció de la pràctica esportiva que es desenvoluparà en les instal·lacions destinades a fer les activitats dirigides objecte del contracte per part del personal tècnic esportiu especialitzat.

La durada de les activitats serà de setembre a juny.

Les activitats destinades a Joves seran les següents:

L'activitat multiesportiva per a joves és un programa dinàmic i diversificat que ofereix una varietat d'esports i activitats físiques dissenyades per fomentar el desenvolupament integral dels joves. Aquest programa està concebut per proporcionar una experiència educativa i recreativa que afavoreixi la participació activa, el treball en equip i l'adquisició d'habilitats motrius.

Amb un enfocament inclusiu, aquesta activitat multiesportiva ha d'oferir als joves l'oportunitat d'explorar i desenvolupar les seves aptituds físiques. Les sessions s'han de dissenyar per fomentar la diversió, la competència saludable i la promoció de valors.

Horari de realització previst, de setembre a juny:

- Dijous de 18,00h a 19,30h

Aquest horari pot ser modificat d'acord amb el què assenyalava la clàusula 3.1 d'aquest plec.



PLEC DE PRESCRIPCIONS TÈCNiques PER A LA CONTRACTACIÓ DELS SERVEIS D'ACTIVITATS FÍSiques PER A ADULTS, GENT GRAN I JOVES DEL MUNICIPI DE LLAMBILLES

2.2.2. Coordinació dels serveis

El contracte que se signarà amb l'empresa adjudicatària inclou les hores que el personal de coordinació ha de destinar a supervisar i liderar el desenvolupament dels diferents programes objecte d'aquest contracte. Més concretament la figura de coordinació s'encarregarà de la comunicació immediata a l'Ajuntament (mitjançant els canals degudament establerts) de les anomalies, deficiències, insuficiències o deterioraments que es detectin en les activitats que s'hi desenvolupin, sigui per observació directa o per avís dels mateixos usuaris.

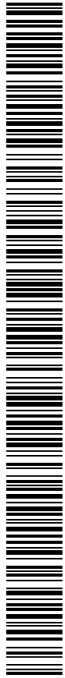
L'adjudicatari s'obliga a executar el model de coordinació de serveis que ha fet constar en la part d'oferta sotmesa a judicis de valor, tal com es detalla en la clàusula setzena del corresponent Plec de Condicions Administratives particulars (PCAP) aplicable a aquesta licitació.

2.2.3 Programació de les activitats

La programació esdevé essencial, ja que permet una planificació estratègica adaptada a les necessitats del servei, de la comunitat i una correcta utilització dels recursos. La programació ha de contribuir a millorar l'experiència de l'usuari, fomentant la participació a llarg termini tot facilitant avaluacions i millores contínues.

L'empresa adjudicatària col·laborarà amb les serveis municipals d'esports en la planificació de les activitats dirigides amb la finalitat de poder adoptar un criteri de màxim aprofitament social i esportiu.

L'empresa adjudicatària haurà d'elaborar una programació tècnica i detallada, adequada al pla d'ús de les diferents activitats dirigides, fent l'execució, coordinació i seguiment de les diferents activitats, cercant l'eficàcia i eficiència del servei i rendibilitzant recursos, amb indicació del personal principal que prestarà el servei. Es fa constar que el contracte que s'adjudicarà inclou les hores que el personal tècnic ha de destinar a la programació de les activitats per tal de garantir un servei de qualitat.



PLEC DE PRESCRIPCIONS TÈCNiques PER A LA CONTRACTACIÓ DELS SERVEIS D'ACTIVITATS FÍSiques PER A ADULTS, GENT GRAN I JOVES DEL MUNICIPI DE LLAMBILLES

El licitador s'obliga a executar el Pla de formació per a tècnics esportius que ha fet constar en la part d'oferta sotmesa a judicis de valor, tal com es detalla en la clàusula setzena del corresponent Plec de Condicions Administratives particulars (PCAP) aplicable a aquesta licitació.

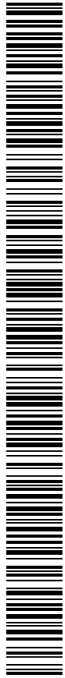
La programació de les activitats ha de ser inclusiva, adaptable i variada. Per tant, haurà de garantir que tots els participants que hagin pagat la quota única que permet l'assistència a qualsevol de les activitats programades puguin realitzar-la.

2.2.4. Substitucions i noves incorporacions.

El contractista haurà de disposar de personal suplent amb la formació i l'experiència suficients per poder substituir les persones que prestin els serveis objecte del contracte en supòsits de vacances, absències i/o malalties. L'empresa haurà de vetllar perquè el nivell de permanència del personal assignat al servei sigui elevat evitant així una excessiva rotació de monitors. El personal substituït haurà de tenir el vistiplau de la unitat d'esports. L'Ajuntament es reserva la potestat d'indicar a l'empresa adjudicatària sobre qualsevol de les persones que l'empresa proposi per a una substitució que el seu perfil no es considera adequat, essent obligació de l'empresa acatar la decisió municipal i proposar un perfil nou.

Quan l'empresa hagi de fer noves incorporacions o substitucions de personal, caldrà que formi el nou personal en funció d'una de les següents categories, segons s'escaigui: substitució immediata, temporal o indefinida.

El licitador s'obliga a executar la proposta de gestió de la qualitat del servei que ha fet constar en la part d'oferta sotmesa a judicis de valor, tal com es detalla en la clàusula setzena del corresponent Plec de Condicions Administratives particulars (PCAP) aplicable a aquesta licitació.

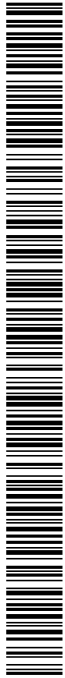


PLEC DE PRESCRIPCIONS TÈCNiques PER A LA CONTRACTACIÓ DELS SERVEIS D'ACTIVITATS FÍSiques PER A ADULTS, GENT GRAN I JOVES DEL MUNICIPI DE LLAMBILLES

3. Aspectes generals del contracte.

La prestació d'aquests serveis es farà sota la supervisió de l'Ajuntament de Llambilles, que elabora el programa de serveis esportius i a qui correspon el disseny i la supervisió organitzativa i tècnica.

- a) L'Ajuntament determinarà els horaris de la prestació del servei, derivats dels calendaris i horaris dels plans esportius i plans d'utilització dels diferents equipaments municipals. Aquests horaris seran susceptibles de canvis, tant en relació a tota la temporada com a jornades puntuals, derivats de les necessitats dels serveis, l'equilibri oferta-demanda de la ciutadania, el nivell d'assistència, la presència de festius, etc. Aquests canvis es faran de manera consensuada amb l'empresa adjudicatària i amb la suficient antelació i planificació. En tot cas, i tractant-se de canvis que afectin tota la temporada se n'haurà d'informar a l'empresa adjudicatària amb una antelació mínima de 2 mesos abans de l'inici de la temporada. Quan es tracti de canvis de jornades puntuals i concretes, caldrà informar-ne a l'empresa adjudicatària amb una antelació mínima d'una setmana.
- b) Per al desenvolupament dels diferents programes objecte d'aquest contracte l'empresa adjudicatària assignarà el personal adient, qualificat tècnicament, i amb un perfil adequat a la tipologia, filosofia de desenvolupament d'aquests i amb la titulació adequada segons les lleis vigents. L'incompliment d'algunes d'aquestes premisses podrà causar la baixa d'aquest personal.
- c) L'empresa ha de vetllar pel reciclatge extern i la formació continuada pròpia d'aquest personal, per tal de garantir el bon funcionament del servei. Ha d'aportar un pla de formació específic per a cada lloc de treball, per poder incorporar noves tècniques i nous coneixements en benefici del funcionament dels serveis. La planificació i execució d'aquest pla va a càrrec de l'adjudicatari i ha d'implicar la totalitat del personal que treballarà en el servei. Aquesta planificació es durà a terme cada any del contracte i, en cas de pròrroga, haurà d'incloure també les accions formatives (reciclatges i noves activitats) que es realitzin durant el nou període prorrogat.
- d) A més del personal específic adscrit a cada funció, l'empresa adjudicatària disposarà d'un equip tècnic directiu que haurà de coordinar tota l'execució dels diferents programes i serveis, corregint les possibles desviacions i fent una

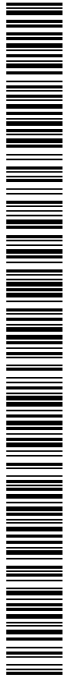


PLEC DE PRESCRIPCIONS TÈCNiques PER A LA CONTRACTACIÓ DELS SERVEIS D'ACTIVITATS FÍSiques PER A ADULTS, GENT GRAN I JOVES DEL MUNICIPI DE LLAMBILLES

avaluació continuada. Aquesta coordinació ha de ser també presencial, entenent les limitacions de les hores reflectides al contracte. Així mateix, l'empresa designarà, d'entre l'equip directiu tècnic i/o coordinador, el responsable i interlocutor de l'empresa adjudicatària davant de l'Ajuntament.

- e) L'empresa adjudicatària assignarà personal als diferents programes i activitats esportives i mantindrà al llarg del curs aquest personal, el qual tindrà dret a baixes justificades. L'empresa haurà d'assumir igualment les tasques derivades de la incorporació de nou personal (presentacions als companys, conducció inicial, període de prova...). L'Ajuntament podrà demanar, en cada moment, una relació del personal adscrit amb els seus horaris de treball, que li serà lliurada per part de l'empresa adjudicatària dins el termini de cinc dies hàbils.
- f) La representació de l'empresa adjudicatària haurà d'assistir a totes les reunions que l'Ajuntament consideri oportunes.
- g) L'empresa serà la responsable de realitzar la comunicació i difusió de les activitats amb el vistiplau de l'Ajuntament. Correrà a càrrec de l'empresa la identificació del públic objectiu de les diferents activitats, el disseny de la imatge i els missatges, a més de la producció de tot el material escollit. S'hauran de presentar davant de l'Ajuntament propostes concretes i detallades amb totes les accions que es duran a terme.
- h) L'empresa adjudicatària col·laborarà amb l'Ajuntament per a facilitar i motivar la relació social dels usuaris i usuàries. Així mateix, es corresponsabilitzarà amb l'Ajuntament en el compliment de les normes d'ús dels diferents serveis i de les instal·lacions esportives on es desenvolupen.
- i) El personal de l'empresa adjudicatària que executi els serveis haurà de complir la normativa d'ús de les instal·lacions esportives de l'Ajuntament de Llambilles.
- j) El personal adscrit a la prestació del servei, haurà de tenir coneixement dels dos idiomes cooficials, per a atendre a les persones que s'expressin en ambdós.

L'empresa contractista ha d'emprar el català en les seves relacions amb l'Ajuntament de Llambilles derivades de l'execució de l'objecte d'aquest contracte. Així mateix, l'empresa contractista ha d'emprar, almenys, el català en els rètols, les publicacions, els avisos i en la resta de comunicacions de caràcter general que es derivin de l'execució de les prestacions objecte del contracte.



PLEC DE PRESCRIPCIONS TÈCNiques PER A LA CONTRACTACIÓ DELS SERVEIS D'ACTIVITATS FÍSiques PER A ADULTS, GENT GRAN I JOVES DEL MUNICIPI DE LLAMBILLES

L'empresa contractista ha de lliurar la documentació escrita que s'inclouï com a obligació en aquest contracte, tant en paper com en suport digital, almenys, en català.

Així mateix, l'empresa contractista assumeix l'obligació de destinar a l'execució del contracte els mitjans i el personal que resultin adients per assegurar que es podran realitzar les prestacions objecte del servei en català. A aquest efecte, l'empresa adjudicatària haurà d'adoptar les mesures de formació dels seu personal necessàries per garantir que el personal que, si escau, pugui relacionar-se amb el públic, tingui un coneixement suficient de la llengua catalana per desenvolupar les tasques d'atenció, informació i comunicació de manera fluida i adequada.

En tot cas, l'empresa contractista queda subjecta, en l'execució del contracte, a les obligacions derivades de la Llei 1/1998, de 7 de gener, de política lingüística i de les disposicions que la desenvolupen.

4. Personal que prestarà el servei.

Per a la prestació dels diferents serveis objecte d'aquest contracte, l'empresa adjudicatària assignarà el personal adient, qualificat tècnicament, i amb un perfil adequat a la tipologia, filosofia de desenvolupament d'aquests i amb la titulació escaient.

4.1 Funcions del personal

4.1.1. Coordinador/a i responsable

L'empresa contractista designarà un cap o responsable com a interlocutor únic, que actuarà com a coordinador/a responsable de dirigir i coordinar tota l'execució dels diferents programes d'activitats, i serà la persona encarregada de representar l'empresa davant la unitat d'esports en tot allò relatiu a la prestació del servei.

Tasques a desenvolupar:

- a) Disposar d'un telèfon mòbil perquè li permeti atendre qualsevol incidència de forma immediata i donar-ne trasllat a la unitat d'esports.
- b) Coordinar la graella, les activitats i el personal que portaran a terme les activitats amb el responsable de la unitat d'esports.



PLEC DE PRESCRIPCIONS TÈCNiques PER A LA CONTRACTACIÓ DELS SERVEIS D'ACTIVITATS FÍSiques PER A ADULTS, GENT GRAN I JOVES DEL MUNICIPI DE LLAMBILLES

- c) Fer un seguiment continuat de la programació tècnica elaborada, marcant objectius, corregint possibles desviacions, i realitzant una avaluació continuada dels resultats.
- d) Preparar la programació anual de les activitats a principi de temporada i presentar-la al responsable municipal de la unitat d'esports.

4.1.2. Personal tècnic

Per realitzar el servei de tècnics especialitzats per realitzar les activitats dirigides cal que l'empresa adscriuigi al contracte, com a mínim, un tècnic per a cada activitat programada.

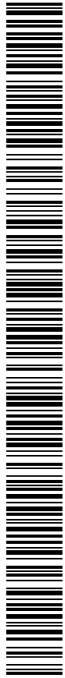
a) Perfil de competències

- En relació als monitors d'activitats:
 - Iniciativa i creativitat: Capacitat creativa a l'hora de presentar noves i variades sessions pel desenvolupament de les activitats.
 - Pro activitat: Actitud activa i participativa.
 - Orientació al servei i al ciutadà: Amabilitat i actitud receptiva vers tots els usuaris de la instal·lació.
 - Confiabilitat: Capacitat d'inspirar confiança i seguretat als alumnes
- En relació al personal de suport:
 - Orientació al servei i al ciutadà: Amabilitat i actitud receptiva vers tots els usuaris.

b) Tasques del personal tècnic

El licitador s'obliga a executar la proposta de assignació de tasques del personal tècnic que ha fet constar en la part d'oferta sotmesa a judicis de valor, tal com es detalla en la clàusula setzena del corresponent Plec de Condicions Administratives particulars (PCAP) aplicable a aquesta licitació.

Sigui quina sigui la proposta presentada pel licitador que hagi passat a ser l'adjudicatari del contracte, les tasques del personal tècnic han de garantir la seguretat dels usuaris/es de les activitats i la qualitat de les mateixes (mètode de treball, horaris, contingut de les activitats, controls i protocols d'assistència, etc). Aquest mínim imprescindible pot ser requerit pels responsables municipals en cas d'incompliment.



PLEC DE PRESCRIPCIONS TÈCNiques PER A LA CONTRACTACIÓ DELS SERVEIS D'ACTIVITATS FÍSiques PER A ADULTS, GENT GRAN I JOVES DEL MUNICIPI DE LLAMBILLES

4.2 Titulació requerida per al personal

L'empresa haurà d'acreditar documentalment que tot el personal destinat a desenvolupar les tasques objecte d'aquest contracte es troba inscrits en el Registre Oficial de Professionals de l'Esport de Catalunya (ROPEC), per ser l'eina que garanteix l'acreditació de les persones que exerceixen les activitats professionals regulades a la Llei 3/2008 de l'exercici de les professions de l'esport, i en els epígrafs corresponents a professionals habilitats per al desenvolupament de les tasques a realitzar indicades al plec. També pot acreditar-se per certificació emesa pel Col·legi de Llicenciats en Educació Física i Ciències de l'Activitat Física i l'Esport de Catalunya (COPLEFC).

- Pel que fa al Coordinador/a, tècnic/a: caldrà contractar persones titulades en estudis de Cicle Formatiu de Grau Superior d'animació d'activitats físiques i esportives o Llicenciats/des en Ciències de l'Activitat Física i l'Esport.
- Pel que fa als Serveis Esportius: caldrà contractar persones titulades en estudis de Cicle Formatiu de Grau Superior d'animació d'activitats físiques i esportives, Diplomats/des o Llicenciats/des en Ciències de l'Activitat Física i l'Esport o bé amb titulació específica reglada per al desenvolupament del servei.

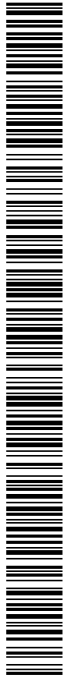
4.3 Requisits professionals, condicions laborals i de seguretat i higiene en el treball.

L'empresa haurà de complir tot allò que s'estableix a tota la normativa vigent.

4.4 Pla de formació

Totes les despeses generades per la formació inicial, d'actualització i reciclatge professional (incloses les de planificació i supervisió de la formació, la docència i els materials) hauran de ser assumides per l'empresa adjudicatària.

Ni les hores dedicades a la formació inicial, d'actualització i reciclatge professional ni el temps de desplaçaments per rebre aquestes formacions es podran comptabilitzar ni facturar com a prestació dels serveis adjudicats. L'empresa adjudicatària haurà d'assumir, en funció dels acords del seu conveni laboral, el cost del temps de formació.



PLEC DE PRESCRIPCIONS TÈCNiques PER A LA CONTRACTACIÓ DELS SERVEIS D'ACTIVITATS FÍSiques PER A ADULTS, GENT GRAN I JOVES DEL MUNICIPI DE LLAMBILLES

En tots els casos i independentment del pla de formació la o les persones que hagin de cobrir qualsevol absència hauran d'estar informats i formats sobre les qüestions tècniques dels serveis a desenvolupar. El temps per aquesta formació s'entén que està inclosa en el preu del contracte.

4.5 Assignació del personal

L'empresa adjudicatària elaborarà una assignació del personal que s'ha d'adscriure als diferents programes esportius i intentarà mantenir al llarg del curs l'assignació d'aquest personal.

4.6 Processos de selecció del personal i substitucions

L'empresa adjudicatària disposarà de sistemes i procediments adients de selecció del personal i de bases de dades que permetin una gestió àgil de les substitucions, evitant que les incidències produïdes per motius no previsibles (Indisposicions, ILT o d'altres situacions) tinguin com a efecte la manca de cobertura del servei contractat.

En cas de baixes temporals o substitucions del personal que de forma habitual prestarà el diferents serveis, l'empresa adjudicatària tindrà en compte les tasques derivades de la incorporació de nou personal substituït (presentacions, coneixement i informació de les tasques a desenvolupar, conducció inicial, període de prova, etc.).

L'Ajuntament de Llambilles pot requerir a l'empresa adjudicatària la substitució de qualsevol treballador o treballadora, de forma justificada i si existeixen evidències de manca de compliment en les seves tasques professionals, i sempre en el marc de l'aplicació de la normativa laboral vigent.

4.7 Dependència laboral

Tot el personal que dugui a terme les tasques objecte d'aquest contracte estarà sota la dependència laboral exclusiva de l'empresa adjudicatària contractada, d'acord amb la legislació laboral vigent.



PLEC DE PRESCRIPCIONS TÈCNiques PER A LA CONTRACTACIÓ DELS SERVEIS D'ACTIVITATS FÍSiques PER A ADULTS, GENT GRAN I JOVES DEL MUNICIPI DE LLAMBILLES

L'empresa adjudicatària, dins del marc legal vigent, serà l'única responsable de garantir l'adequació dels procediments de selecció i contractació del personal. Igualment, serà la responsable de garantir els drets laborals, el compliment dels horaris, tasques, fer el seguiment i, en cas necessari, tramitar la imposició de procediments sancionadors.

4.8 Uniformes de treball i identificació

Tot el personal adscrit als diferents serveis, haurà d'anar totalment uniformat, amb elements d'imatge comuns, amb la roba de treball que garanteixi les condicions higièniques sanitàries, de seguretat i de comoditat per la prestació del servei en el qual estan assignats.

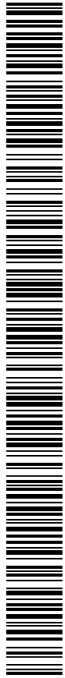
La roba de treball incorporarà els logotips amb la imatge de l'Ajuntament de Llambilles, que seran comunicats amb antelació suficient a l'empresa.

La roba de treball no han de dur eslògans o missatges de cap mena. El calçat serà l'apropiat al servei a desenvolupar i d'acord amb la uniformitat a portar. La roba pot incorporar el logotip de l'empresa adjudicatària del servei.

Totes les despeses de vestuari professional, incloses les que fan referència als Equips de protecció individual i a les identificacions, seran a càrrec de l'empresa adjudicatària.

Serà obligatori que tot el personal de l'empresa que presti serveis a les instal·lacions porti una identificació visible que contingui com a mínim informació del seu nom i càrrec.

L'adjudicatari haurà d'equipar al personal segons el què indica el conveni laboral al qual estigui subscript.



PLEC DE PRESCRIPCIONS TÈCNiques PER A LA CONTRACTACIÓ DELS SERVEIS D'ACTIVITATS FÍSiques PER A ADULTS, GENT GRAN I JOVES DEL MUNICIPI DE LLAMBILLES

4.9 Altres aspectes normatius. Registre Central de Delinqüents Sexuals.

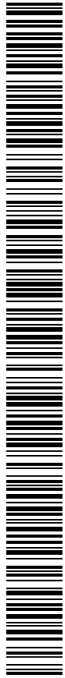
Tot el personal que presti serveis en les instal·lacions esportives, de forma independent a la seva categoria i tasques, haurà de disposar del certificat negatiu del Registre Central de Delinqüents Sexuals, en compliment de la Llei Orgànica 1/1996, de Protecció Jurídica del Menor, modificada per la Llei 26/2015, de 28 de juliol, de modificació del sistema de protecció a la infància i a l'adolescència i la Llei 45/2015, de 14 d'octubre, de Voluntariat.

5. Calendari i planificació del servei.

El conjunt del programa esportiu presenta el següent calendari de desenvolupament, amb el benentès que es fa constar amb caràcter merament orientatiu:

- a) De l'última setmana de setembre fins penúltima setmana de juny. Veure Annex 1.

Al principi de cada curs l'Ajuntament facilitarà un calendari anual amb la distribució d'horaris i dies. Aquest calendari serà lliurat a l'empresa adjudicatària amb una antelació mínima de dos mesos a l'inici de la temporada esportiva del mes de setembre, per tal que l'empresa pugui fer les seves previsions, així com fer propostes i suggeriments.



PLEC DE PRESCRIPCIONS TÈCNiques PER A LA CONTRACTACIÓ DELS SERVEIS D'ACTIVITATS FÍSiques PER A ADULTS, GENT GRAN I JOVES DEL MUNICIPI DE LLAMBILLES

6. Memòria de la prestació del servei

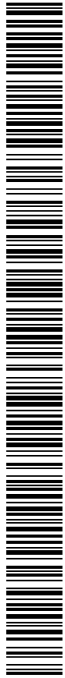
L'adjudicatari haurà de presentar, abans del 30 de juny de cada temporada, una memòria detallada de la prestació del servei, que com a mínim inclogui:

- Descripció de les activitats realitzades, que ha d'incorporar els objectius que es pretenien assolir i el personal tècnic que ha dirigit cada activitat.
- Nombre de les participants per a cada activitat, desglossats per edat i gènere.
- Avaluació de les activitats realitzades. S'elaborarà seguint la proposta presentada pel licitador per a ser avaluada essent sotmesa a judicis de valor, tal com es detalla en la clàusula setzena del corresponent Plec de Condicions Administratives particulars (PCAP) aplicable a aquesta licitació.
- Pla de formació realitzat per a les persones tècniques responsables de cada activitat.
- Efectes previstos i no previstos del programa global d'esport al municipi de Llambilles.
- Propostes de millora del programa global d'esport al municipi de Llambilles.

7. Control, seguiment i inspecció de la prestació del servei

Serà obligació de l'empresa realitzar el control i inspecció de la prestació del servei de monitoratge de les activitats dirigides.

Tanmateix, el control, seguiment i inspecció de la prestació del servei en relació a l'objecte total del contracte licitat, serà dut a terme per l'Ajuntament de Llambilles, mitjançant la persona o persones que designi i que comunicarà prèviament a l'empresa adjudicatària, la qual atindrà totes les indicacions que li siguin proposades i les durà a terme. Tanmateix, l'Ajuntament de Llambilles, quan ho consideri oportú, podrà incorporar un seguiment extern a la gestió ordinària per al desenvolupament del control i seguiment específics en la gestió del servei.



PLEC DE PRESCRIPCIONS TÈCNiques PER A LA CONTRACTACIÓ DELS SERVEIS D'ACTIVITATS FÍSiques PER A ADULTS, GENT GRAN I JOVES DEL MUNICIPI DE LLAMBILLES

8. Material tècnic

L'Ajuntament facilitarà a l'empresa adjudicatària el material tècnic necessari per a desenvolupar les funcions que són objecte d'aquesta adjudicació, això inclou el material esportiu.

Aquest material esportiu es podrà complementar d'acord amb la proposta puntuable que hagi pogut realitzar l'adjudicatari a la seva oferta. El material passarà a ser propietat de l'Ajuntament de Llambilles un cop finalitzada la prestació del servei.

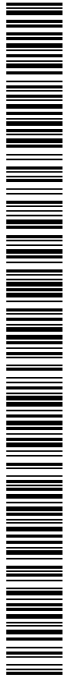
L'empresa adjudicatària haurà de fer un bon ús del material i haurà d'elaborar i mantenir, conjuntament amb l'Ajuntament, un inventari que inclogui tots aquests elements. L'Ajuntament lliurarà a l'adjudicatari una acta de lliurament amb la relació de tot el material tècnic facilitat per al desenvolupament de la seva activitat, el qual serà signat per a aquesta com a receptora d'aquest material. Un mal ús o custòdia d'aquests materials per part de l'empresa adjudicatària, que derivi en una ruptura o pèrdua parcial o total i com a conseqüència provoqui una baixa d'aquest, comportarà l'obligació de restablir-lo per part de l'entitat adjudicatària amb les mateixes característiques del bé o superiors.

Qualsevol anomalia que sigui detectada en aquests elements, serà comunicat a la direcció de l'Ajuntament.

9. Ràtios dels diferents grups d'activitat

L'empresa adjudicatària proposarà ràtios d'usuaris i usuàries per als diferents grups i activitats, essent l'Ajuntament qui els determini finalment, establint els criteris de qualitat en la prestació d'aquest servei. L'empresa adjudicatària els aplicarà de forma acurada i correcta.

L'Ajuntament validarà en casos puntuals l'ampliació o disminució d'aquesta ràtio per adaptacions a l'oferta/demanda o bé per motius específics del servei en particular.



PLEC DE PRESCRIPCIONS TÈCNiques PER A LA CONTRACTACIÓ DELS SERVEIS D'ACTIVITATS FÍSiques PER A ADULTS, GENT GRAN I JOVES DEL MUNICIPI DE LLAMBILLES

10. Documentació bàsica que haurà de presentar l'empresa adjudicatària al llarg del període d'execució del contracte

En el moment de presentació de la documentació acreditativa (abans de l'inici del contracte, en la fase de formalització) es presentarà una còpia compulsada del contingut de la pòlissa d'assegurances contractada per cobrir les responsabilitats de l'empresa i el seu personal, on estigui recollida la prestació del servei objecte del contracte, així com els danys a tercers.

En qualsevol moment l'Ajuntament podrà sol·licitar a l'empresa adjudicatària la relació de tot el personal adscrit a la prestació dels serveis objecte d'aquest contracte. La relació s'acompanyarà de les funcions, el seu horari, còpia del seu contracte, còpia de la qualificació i experiència professional.

De forma específica, també es podrà requerir a l'empresa la següent documentació:

- a) Declaració del representant de l'empresa adjudicatària on se certifiqui que l'empresa disposa de tots els certificats negatius del Registre Central de Delinqüents Sexuals, en compliment de la Llei Orgànica 1/1996, de Protecció Jurídica del Menor, modificada per la Llei 26/2015, de 28 de juliol, de modificació del sistema de protecció a la infància i a l'adolescència i la Llei 45/2015, de 14 d'octubre, de tot el personal que presta serveis objecte del contracte.
- b) Document d'avaluació de riscos laborals i la planificació de la seva activitat preventiva. Es requerirà com a element essencial que es presenti l'estudi d'avaluació de riscos dels treballadors adequat a les instal·lacions objecte del concurs.
- c) Declaració del representant de l'empresa adjudicatària on es certifiqui que l'empresa disposa de la documentació relativa a les obligacions en matèria de vigilància de la salut, en la qual s'indica que les persones treballadores compten amb un estat de salut compatible amb les tasques que han de realitzar.
- d) Còpia dels equips de treball que s'hagin d'utilitzar amb declaració expressa, de conformitat amb l'establert al RD 1215/97 sobre equips de treball i document on es relacionin els equips de protecció individual segons les tasques que s'han de realitzar.
- e) Document que acrediti l'associació a mútua d'accidents de treball.



PLEC DE PRESCRIPCIONS TÈCNiques PER A LA CONTRACTACIÓ DELS SERVEIS D'ACTIVITATS FÍSiques PER A ADULTS, GENT GRAN I JOVES DEL MUNICIPI DE LLAMBILLES

- f) Còpia dels documents que acreditin el pagament de les seves obligacions amb la Seguretat Social i Hisenda, on constin incloses les persones adscrites al servei.

L'Ajuntament de Llambilles està facultat per sol·licitar a l'empresa adjudicatària, en qualsevol moment, tota la documentació que consideri necessària per poder comprovar la plena legalitat de l'empresa en l'àmbit fiscal, laboral, administratiu, jurídic, etc., requeriment que s'haurà d'atendre en el termini que en cada moment s'assenyali per part de l'Ajuntament de Llambilles.

LLAMBILLES, a 19 d'abril de 2024

46678203W JORDI
VIDAL BALADA (R:
B66357856)

Fecha: 2024.04.19
13:23:50 +02'00'

Jordi Vidal i Balada
Setmars Persones Serveis i Benestar SL

Codi Segur de Verificació: e214df82-1ef0-48bc-8f7a-a5abab989e63
Origen: Ciutadà
Identificador document original: ES_L01170904_2024_26025924
Data d'impressió: 20/06/2024 19:36:58
Pàgina 23 de 27

SIGNATURES
1.- JORDI VIDAL BALADA (R: B66357856), 19/04/2024 13:23



PLEC DE PRESCRIPCIONS TÈCNiques PER A LA CONTRACTACIÓ DELS SERVEIS D'ACTIVITATS FÍSiques PER A ADULTS, GENT GRAN I JOVES DEL MUNICIPI DE LLAMBILLES

Annex 1. Calendari provisional

Codi Segur de Verificació: e214df82-1ef0-48bc-8f7a-a5abab989e63
 Origen: Ciutadà
 Identificador document original: ES_L01170904_2024_26025924
 Data d'impressió: 20/06/2024 19:36:58
 Pàgina 24 de 27

SIGNATURES
 1.- JORDI VIDAL BALADA (R: B66357856), 19/04/2024 13:23

PLEC DE PRESCRIPCIONS TÈCNiques PER A LA CONTRACTACIÓ DELS SERVEIS D'ACTIVITATS FÍSiques PER A ADULTS, GENT GRAN I JOVES DEL MUNICIPI DE LLAMBILLES

2024-2025 Gimnàstica adults

Entrenament Funcional dilluns de 19,30h a 20,30h i dimecres de 20,30h a 21,30h
 Hores setmana 2

Mes	Sessions	Durada	Programació	Hores totals	Dies sessions
Setembre	3	1	0,75	3,75	23 25 30
Octubre	9	1	2,25	11,25	2 7 9 14 16 21 23 28 30
Novembre	8	1	2	10	4 6 11 13 18 20 25 27
Desembre	6	1	1,5	7,5	2 4 9 11 16 18
Gener	7	1	1,75	8,75	8 13 15 20 22 27 29
Febrer	8	1	2	10	3 5 10 12 17 19 24 26
Març	9	1	2,25	11,25	3 5 10 12 17 19 24 26 31
Abril	6	1	1,5	7,5	2 7 9 23 28 30
Maig	8	1	2	10	5 7 12 14 19 21 26 28
Juny	6	1	1,5	7,5	2 4 9 11 16 18
70			17,5	87,5	

Pilates dilluns de 20,30h a 21,30h i dimecres de 19,30h a 20,30h
 Hores setmana 2

Mes	Sessions	Durada	Programació	Hores totals	Dies sessions
Setembre	3	1	0,75	3,75	23 25 30
Octubre	9	1	2,25	11,25	2 7 9 14 16 21 23 28 30
Novembre	8	1	2	10	4 6 11 13 18 20 25 27
Desembre	6	1	1,5	7,5	2 4 9 11 16 18
Gener	7	1	1,75	8,75	8 13 15 20 22 27 29
Febrer	8	1	2	10	3 5 10 12 17 19 24 26
Març	9	1	2,25	11,25	3 5 10 12 17 19 24 26 31
Abril	6	1	1,5	7,5	2 7 9 23 28 30
Maig	8	1	2	10	5 7 12 14 19 21 26 28
Juny	6	1	1,5	7,5	2 4 9 11 16 18
70			17,5	87,5	

Zumba dimarts de 18,00h a 19,00h i dimecres de 19,30h a 20,30h
 Hores setmana 2

Mes	Sessions	Durada	Programació	Hores totals	Dies sessions
Setembre	2	1	0,5	2,5	24 25
Octubre	10	1	2,5	12,5	1 2 8 9 15 16 22 23 29 30
Novembre	8	1	2	10	5 6 12 13 19 20 26 27
Desembre	6	1	1,5	7,5	3 4 10 11 17 18
Gener	8	1	2	10	7 8 14 15 21 22 28 29
Febrer	8	1	2	10	4 5 11 12 18 19 25 26
Març	8	1	2	10	4 5 11 12 18 19 25 26
Abril	8	1	2	10	1 2 7 9 22 23 29 30
Maig	8	1	2	10	6 7 13 14 20 21 27 28
Juny	6	1	1,5	7,5	3 4 10 11 17 18
72			18	90	

Entrenament Funcional	70	17,5	87,5
Pilates	70	17,5	87,5
Zumba	72	18	90
212		53	265

2024-2025 Gent Gran

Gent Gran dilluns, dimecres i divendres de 9,00h a 10,00h
 Hores setmana 3

Mes	Sessions	Durada	Programació	Hores totals	Dies sessions
Setembre	4	1	1	5	23 25 27 30
Octubre	13	1	3,25	16,25	2 4 7 9 11 14 16 18 21 23 25 28 30
Novembre	12	1	3	15	1 4 6 8 11 13 15 18 20 22 25 27 20
Desembre	8	1	2	10	2 4 9 11 13 16 18 20
Gener	11	1	2,75	13,75	8 10 13 15 17 20 22 24 27 29 31
Febrer	12	1	3	15	3 5 7 10 12 14 17 19 21 24 26 28
Març	13	1	3,25	16,25	3 5 7 10 12 14 17 19 21 24 26 28 31
Abril	9	1	2,25	11,25	2 4 7 9 11 23 25 28 30
Maig	12	1	3	15	2 5 7 9 12 14 16 19 21 23 26 28 30
Juny	9	1	2,25	11,25	2 4 6 9 11 13 16 18 20
103			25,75	128,75	

2024-2025 Multisports Joves

Multisports Joves Dijous de 18 a 19,30h
 Hores setmana 1,5

Mes	Sessions	Durada	Programació	Hores totals	Dies sessions
Setembre	1	1,5	0,25	1,75	26
Octubre	5	1,5	1,25	8,75	3 10 17 24 31
Novembre	3	1,5	0,75	5,25	7 14 21 28
Desembre	3	1,5	0,75	5,25	5 12 19
Gener	4	1,5	1	7	9 16 23 30
Febrer	4	1,5	1	7	6 13 20 27
Març	4	1,5	1	7	6 13 20 27
Abril	3	1,5	0,75	5,25	3 8 24
Maig	4	1,5	1	7	1 8 15 22 29
Juny	3	1,5	0,75	5,25	5 12 19
34			8,5	59,5	

Codi Segur de Verificació: e214df82-1ef0-48bc-8f7a-a5abab989e63
 Origen: Ciutadà
 Identificador document original: ES_L01170904_2024_26025924
 Data d'impressió: 20/06/2024 19:36:58
 Pàgina 25 de 27

SIGNATURES
 1.- JORDI VIDAL BALADA (R: B66357856), 19/04/2024 13:23

PLEC DE PRESCRIPCIONS TÈCNiques PER A LA CONTRACTACIÓ DELS SERVEIS D'ACTIVITATS FÍSiques PER A ADULTS, GENT GRAN I JOVES DEL MUNICIPI DE LLAMBILLES

2025-2026 *Gimnàstica adults*

Entrenament Funcional dilluns de 19,30h a 20,30h i dimecres de 20,30h a 21,30h
Hores setmana 2

Mes	Sessions	Durada	Programació	Hores totals	Dies sessions
Setembre	3	1	0,75	3,75	22 24 29
Octubre	9	1	2,25	11,25	1 6 8 13 15 20 22 27 29
Novembre	8	1	2	10	3 5 10 12 17 19 24 26
Desembre	6	1	1,5	7,5	1 3 8 10 15 17
Gener	7	1	1,75	8,75	7 12 14 19 21 26 28
Febrer	8	1	2	10	2 4 9 11 16 18 23 25
Març	8	1	2	10	2 4 9 11 16 18 23 25
Abril	7	1	1,75	8,75	8 13 15 20 22 27 29
Maig	8	1	2	10	4 6 11 13 18 20 25 27
Juny	6	1	1,5	7,5	1 3 8 10 15 17
70			17,5	87,5	

Pilates dilluns de 20,30h a 21,30h i dimecres de 19,30h a 20,30h
Hores setmana 2

Mes	Sessions	Durada	Programació	Hores totals	Dies sessions
Setembre	3	1	0,75	3,75	22 24 29
Octubre	9	1	2,25	11,25	1 6 8 13 15 20 22 27 29
Novembre	8	1	2	10	3 5 10 12 17 19 24 26
Desembre	6	1	1,5	7,5	1 3 8 10 15 17
Gener	7	1	1,75	8,75	7 12 14 19 21 26 28
Febrer	8	1	2	10	2 4 9 11 16 18 23 25
Març	8	1	2	10	2 4 9 11 16 18 23 25
Abril	7	1	1,75	8,75	8 13 15 20 22 27 29
Maig	8	1	2	10	4 6 11 13 18 20 25 27
Juny	6	1	1,5	7,5	1 3 8 10 15 17
70			17,5	87,5	

Zumba dimarts de 18,00h a 19,00h i dimecres de 19,30h a 20,30h
Hores setmana 2

Mes	Sessions	Durada	Programació	Hores totals	Dies sessions
Setembre	3	1	0,75	3,75	23 24 30
Octubre	9	1	2,25	11,25	1 7 8 14 15 21 22 28 29
Novembre	8	1	2	10	4 5 11 12 18 19 25 26
Desembre	6	1	1,5	7,5	2 3 9 10 16 17
Gener	7	1	1,75	8,75	7 13 14 20 21 27 28
Febrer	8	1	2	10	3 4 10 11 17 18 24 25
Març	8	1	2	10	3 4 10 11 17 18 24 25
Abril	8	1	2	10	7 8 14 15 21 22 28 29
Maig	8	1	2	10	5 6 12 13 19 20 26 27
Juny	6	1	1,5	7,5	2 3 9 10 16 17
71			17,75	88,75	

Entrenament Funcional	70	17,5	87,5
Pilates	70	17,5	87,5
Zumba	71	17,75	88,75
211		52,75	263,75

2025-2026 *Gent Gran*

Gent Gran dilluns, dimecres i divendres de 9,00h a 10,00h
Hores setmana 3

Mes	Sessions	Durada	Programació	Hores totals	Dies sessions
Setembre	4	1	1	5	22 24 26 29
Octubre	14	1	3,5	17,5	1 3 6 8 10 13 15 17 20 22 24 27 29 31
Novembre	12	1	3	15	3 5 7 10 12 14 17 19 21 24 26 28
Desembre	7	1	1,75	8,75	1 3 10 12 15 17 19
Gener	11	1	2,75	13,75	7 9 12 14 16 19 21 23 26 28 30
Febrer	12	1	3	15	2 4 6 9 11 13 16 18 20 23 25 27
Març	12	1	3	15	2 4 6 9 11 13 16 18 20 23 25 27
Abril	10	1	2,5	12,5	8 10 13 15 17 20 22 24 27 29
Maig	12	1	3	15	1 4 6 8 11 13 15 18 20 22 25 27 29
Juny	9	1	2,25	11,25	1 3 5 8 10 12 15 17 19
103			25,75	128,75	

2025-2026 *Multiesports Joves*

Multiesports Joves Dijous de 18 a 19,30h
Hores setmana 1,5

Mes	Sessions	Durada	Programació	Hores totals	Dies sessions
Setembre	1	1,5	0,25	1,75	25
Octubre	5	1,5	1,25	8,75	2 9 16 23 30
Novembre	3	1,5	0,75	5,25	6 13 20 27
Desembre	3	1,5	0,75	5,25	4 11 18
Gener	4	1,5	1	7	8 15 22 29
Febrer	4	1,5	1	7	5 12 19 26
Març	4	1,5	1	7	5 12 19 26
Abril	4	1,5	1	7	9 16 23 30
Maig	4	1,5	1	7	7 14 21 28
Juny	3	1,5	0,75	5,25	4 11 18
35			8,75	61,25	

AJUNTAMENT DE LLAMBILLES
 Aquest document és una còpia simple del document electrònic original. Comprovi l'autenticitat del document a <https://llambilles.emunicipis.ddgi.cat/OAC/ValidarDoc.jsp> - Utilitzi el 'Codi Segur de Verificació' que apareix a la capçalera.

Codi Segur de Verificació: e214df82-1ef0-48bc-8f7a-a5abab989e63
 Origen: Ciutadà
 Identificador document original: ES_L01170904_2024_26025924
 Data d'impressió: 20/06/2024 19:36:58
 Pàgina 26 de 27

SIGNATURES
 1.- JORDI VIDAL BALADA (R: B66357856), 19/04/2024 13:23

PLEC DE PRESCRIPCIONS TÈCNiques PER A LA CONTRACTACIÓ DELS SERVEIS D'ACTIVITATS FÍSiques PER A
 ADULTS, GENT GRAN I JOVES DEL MUNICIPI DE LLAMBILLES

2026-2027 Gimnàstica adults

Entrenament Funcional dilluns de 19,30h a 20,30h i dimecres de 20,30h a 21,30h
 Hores setmana 2

Mes	Sessions	Durada	Programació	Hores totals	Dies sessions							
Setembre	4	1	1	5	21	23	28	30				
Octubre	8	1	2	10	5	7	12	14	19	21	26	28
Novembre	9	1	2,25	11,25	2	4	9	11	16	18	23	25
Desembre	4	1	1	5	2	9	14	16				
Gener	6	1	1,5	7,5	11	13	18	20	25	27		
Febrer	8	1	2	10	1	3	8	10	15	17	22	24
Març	7	1	1,75	8,75	1	3	8	10	15	17	31	
Abril	8	1	2	10	5	7	12	14	19	21	26	28
Maig	9	1	2,25	11,25	3	5	10	12	17	19	24	26
Juny	5	1	1,25	6,25	2	7	9	14	16			
	68		17	85								

Pilates dilluns de 20,30h a 21,30h i dimecres de 19,30h a 20,30h
 Hores setmana 2

Mes	Sessions	Durada	Programació	Hores totals	Dies sessions							
Setembre	4	1	1	5	21	23	28	30				
Octubre	8	1	2	10	5	7	12	14	19	21	26	28
Novembre	9	1	2,25	11,25	2	4	9	11	16	18	23	25
Desembre	4	1	1	5	2	9	14	16				
Gener	6	1	1,5	7,5	11	13	18	20	25	27		
Febrer	8	1	2	10	1	3	8	10	15	17	22	24
Març	7	1	1,75	8,75	1	3	8	10	15	17	31	
Abril	8	1	2	10	5	7	12	14	19	21	26	28
Maig	9	1	2,25	11,25	3	5	10	12	17	19	24	26
Juny	5	1	1,25	6,25	2	7	9	14	16			
	68		17	85								

Zumba dimarts de 18,00h a 19,00h i dimecres de 19,30h a 20,30h
 Hores setmana 2

Mes	Sessions	Durada	Programació	Hores totals	Dies sessions							
Setembre	4	1	1	5	22	23	29	30				
Octubre	8	1	2	10	6	7	13	14	20	21	27	28
Novembre	8	1	2	10	3	4	10	11	17	18	24	25
Desembre	6	1	1,5	7,5	1	2	8	9	15	16		
Gener	6	1	1,5	7,5	12	13	19	20	26	27		
Febrer	10	1	2,5	12,5	2	3	9	10	16	17	23	24
Març	8	1	2	10	2	3	9	10	16	17	30	31
Abril	8	1	2	10	6	7	13	14	20	21	27	28
Maig	8	1	2	10	4	5	11	12	18	19	25	26
Juny	6	1	1,5	7,5	1	2	8	9	15	16		
	72		18	90								

Entrenament Funcional	68	17	85
Pilates	68	17	85
Zumba	72	18	90
	208	52	260

2026-2027 Gent Gran

Gent Gran dilluns, dimecres i divendres de 9,00h a 10,00h
 Hores setmana 3

Mes	Sessions	Durada	Programació	Hores totals	Dies sessions							
Setembre	5	1	1,25	6,25	21	23	25	28	30			
Octubre	13	1	3,25	16,25	2	5	7	9	12	14	16	19
Novembre	13	1	3,25	16,25	2	4	6	9	11	13	16	18
Desembre	7	1	1,75	8,75	2	4	9	11	14	16	18	
Gener	10	1	2,5	12,5	8	11	13	15	18	20	22	25
Febrer	12	1	3	15	1	3	5	8	10	12	15	17
Març	10	1	2,5	12,5	1	3	5	8	10	12	15	17
Abril	11	1	2,75	13,75	2	5	7	9	12	14	16	19
Maig	13	1	3,25	16,25	3	5	7	10	12	14	17	19
Juny	8	1	2	10	2	4	7	9	11	14	16	18
	102		25,5	127,5								

2026-2027 Multiesports Joves

Multiesports Joves Dijous de 18 a 19,30h
 Hores setmana 1,5

Mes	Sessions	Durada	Programació	Hores totals	Dies sessions							
Setembre	1	1,5	0,25	1,75	24							
Octubre	5	1,5	1,25	8,75	1	8	15	22	29			
Novembre	3	1,5	0,75	5,25	5	12	19	26				
Desembre	3	1,5	0,75	5,25	3	10	17					
Gener	4	1,5	1	7	7	14	21	28				
Febrer	4	1,5	1	7	4	11	18	25				
Març	3	1,5	0,75	5,25	4	11	18					
Abril	4	1,5	1	7	1	8	15	22	29			
Maig	4	1,5	1	7	6	13	20	27				
Juny	3	1,5	0,75	5,25	3	10	17					
	34		8,5	59,5								

Codi Segur de Verificació: e214df82-1ef0-48bc-8f7a-a5abab989e63
 Origen: Ciutadà
 Identificador document original: ES_L01170904_2024_26025924
 Data d'impressió: 20/06/2024 19:36:58
 Pàgina 27 de 27

SIGNATURES
 1.- JORDI VIDAL BALADA (R: B66357856), 19/04/2024 13:23

PLEC DE PRESCRIPCIONS TÈCNiques PER A LA CONTRACTACIÓ DELS SERVEIS D'ACTIVITATS FÍSiques PER A
 ADULTS, GENT GRAN I JOVES DEL MUNICIPI DE LLAMBILLES

2027-2028 Gimnàstica adults

Entrenament Funcional dilluns de 19,30h a 20,30h i dimecres de 20,30h a 21,30h
 Hores setmana 2

Mes	Sessions	Durada	Programació	Hores totals	Dies sessions
Setembre	4	1	1	5	20 22 27 29
Octubre	8	1	2	10	4 6 11 13 18 20 25 27
Novembre	9	1	2,25	11,25	1 3 8 10 15 17 22 24 29
Desembre	4	1	1	5	1 13 15 20
Gener	7	1	1,75	8,75	10 12 17 19 24 26 31
Febrer	7	1	1,75	8,75	2 7 9 14 16 21 23
Març	9	1	2,25	11,25	1 6 8 13 15 20 22 27 29
Abril	5	1	1,25	6,25	3 5 19 24 26
Maig	8	1	2	10	1 3 8 10 15 17 29 31
Juny	5	1	1,25	6,25	5 7 12 14 19
Total	66		16,5	82,5	

Pilates dilluns de 20,30h a 21,30h i dimecres de 19,30h a 20,30h
 Hores setmana 2

Mes	Sessions	Durada	Programació	Hores totals	Dies sessions
Setembre	4	1	1	5	20 22 27 29
Octubre	8	1	2	10	4 6 11 13 18 20 25 27
Novembre	9	1	2,25	11,25	1 3 8 10 15 17 22 24 29
Desembre	4	1	1	5	1 13 15 20
Gener	7	1	1,75	8,75	10 12 17 19 24 26 31
Febrer	7	1	1,75	8,75	2 7 9 14 16 21 23
Març	9	1	2,25	11,25	1 6 8 13 15 20 22 27 29
Abril	5	1	1,25	6,25	3 5 19 24 26
Maig	8	1	2	10	1 3 8 10 15 17 29 31
Juny	5	1	1,25	6,25	5 7 12 14 19
Total	66		16,5	82,5	

Zumba dimarts de 18,00h a 19,00h i dimecres de 19,30h a 20,30h
 Hores setmana 2

Mes	Sessions	Durada	Programació	Hores totals	Dies sessions
Setembre	4	1	1	5	21 22 28 29
Octubre	8	1	2	10	5 6 12 13 19 20 26 27
Novembre	9	1	2,25	11,25	2 3 9 10 16 17 23 24 29
Desembre	3	1	0,75	3,75	1 14 15
Gener	6	1	1,5	7,5	11 12 18 19 25 26
Febrer	8	1	2	10	1 2 8 9 15 16 22 23 29
Març	9	1	2,25	11,25	1 7 8 14 15 21 22 28 29
Abril	6	1	1,5	7,5	4 5 18 19 25 26
Maig	8	1	2	10	2 3 9 10 16 17 30 31
Juny	4	1	1	5	6 7 13 14
Total	65		16,25	81,25	

Entrenament Funcional	66	16,5	82,5
Pilates	66	16,5	82,5
Zumba	65	16,25	81,25
Total	197	49,25	246,25

2027-2028 Gent Gran

Gent Gran dilluns, dimecres i divendres de 9,00h a 10,00h
 Hores setmana 3

Mes	Sessions	Durada	Programació	Hores totals	Dies sessions
Setembre	5	1	1,25	6,25	20 22 24 27 29
Octubre	13	1	3,25	16,25	1 4 6 8 11 13 15 18 20 22 25 27 29
Novembre	13	1	3,25	16,25	1 3 5 8 10 12 15 17 19 22 24 26 29
Desembre	6	1	1,5	7,5	1 3 10 13 15 17
Gener	11	1	2,75	13,75	7 10 12 14 17 19 21 24 26 28 31
Febrer	12	1	3	15	2 4 7 9 11 14 16 18 21 23 25 28
Març	14	1	3,5	17,5	1 3 6 8 10 13 15 17 20 22 24 27 29 31
Abril	6	1	1,5	7,5	3 5 7 19 21 24 26 28
Maig	14	1	3,5	17,5	1 3 5 8 10 12 15 17 19 22 24 26 29 31
Juny	8	1	2	10	2 5 7 9 12 14 16 19
Total	102		25,5	127,5	

2027-2028 Multiesports Joves

Multiesports Joves Dijous de 18 a 19,30h
 Hores setmana 1,5

Mes	Sessions	Durada	Programació	Hores totals	Dies sessions
Setembre	2	1,5	0,5	3,5	23 30
Octubre	4	1,5	1	7	7 14 21 28
Novembre	3	1,5	0,75	5,25	4 11 18 25
Desembre	3	1,5	0,75	5,25	2 9 16
Gener	3	1,5	0,75	5,25	13 20 27
Febrer	4	1,5	1	7	3 10 17 24
Març	5	1,5	1,25	8,75	2 9 16 23 30
Abril	2	1,5	0,5	3,5	6 20 27
Maig	4	1,5	1	7	4 11 18 25
Juny	3	1,5	0,75	5,25	1 8 15
Total	33		8,25	57,75	