



PLEC DE PRESCRIPCIONS TÈCNIQUES PER A LA CONTRACTACIÓ DEL SERVEI D'ACTIVITATS FISICOESPORTIVES

1.- OBJECTE DEL CONTRACTE

L'Ajuntament de Celrà amb aquest contracte té com a objectiu fomentar l'activitat fisicoesportiva adreçada a la ciutadania de diferents franges d'edat; joves , adults i gent gran.

El present contracte té per objecte la prestació dels serveis de la dinamització de les activitats fisicoesportives, a desenvolupar al gimnàs del Pavelló Municipal d'Esports adreçades a joves i adults i les activitats fisicoesportives a desenvolupar al gimnàs de Can Ponac adreçades a la gent gran a partir dels 65 anys.

2.- CARACTERÍSTIQUES DEL SERVEI

La prestació d'aquests serveis es farà sota la supervisió de l'Ajuntament de Celrà i en concret pel personal tècnic de l'àrea d'esports.

Les funcions a desenvolupar per a l'empresa adjudicatària seran les següents:

- Aportar el personal necessari i adequat per a cada una de les diferents activitats. En cas d'absències del personal el servei s'ha de realitzar igualment, havent l'empresa de responsabilitzar-se de la seva substitució.
- Executar una programació adequada per a cada activitat.
- Coordinar i executar les diferents activitats del servei.

De conformitat amb el Conveni col·lectiu aplicable, les activitats incloses en aquest contracte formen part del Grup 2 (article 13).

Durant el curs escolar 2026/2027 les activitats que estan previstes són les següents:

- Hit pilates: consisteix en combinar exercicis de pilates amb exercicis curts d'alta intensitat. Amb suport musical. 2 sessions a la setmana. Dilluns i dimecres de les 18.30 a les 19.30 hores.
- GAC: consisteix en combinar exercicis de tonificació per aquest tres grups musculars; glutis, abdominals i cames. Amb suport musical. 2 sessions a la setmana. Dilluns de les 19.30 a les 20.30 hores i dijous de les 20 a les 21 hores.
- T.B.C: treball muscular global i localitzat d'intensitat mitjana/alta amb suport o no de material i amb suport musical. L'objectiu de l'activitat és la millora de la condició física i to muscular, la coordinació, flexibilitat i l'equilibri. 2 sessions a la setmana. Dimarts i dijous de les 19 a les 20 hores.
- Ciclo indoor: activitat física que es realitza amb una bicicleta estàtica dissenyada per aquesta activitat a diferents nivells d'intensitat o on predomina el treball cardiovascular. Amb suport musical. 1 sessió a la setmana. Dimecres de les 19.30 a les 20.30 hores.
- Postural fit: Entrenament enfocat a la millora de la postura corporal, prevenir dolors i equilibrar el cos a través de moviments suaus i controlats. Combina exercici de consciència corporal, mobilitat articular, estiraments...1 sessió a la setmana. Dimarts de les 20 a les 21 hores.
- Sòl pelvià i hipopressius: treball hipopressiu enfocat en la faixa abdominal i i sòl pelvis per millorar i mantenir la musculatura profunda de l'abdomen i la postura corporal.
- Gimnàstica de manteniment: exercicis de baixa i mitjana intensitat fent ús de material divers per a la millora de la condició física general i la mobilitat articular, així com la coordinació, equilibri i flexibilitat. Activitat adreçada a persones a partir dels

65 anys. Grup 1 dilluns i dimecres de les 10 a les 11 hores, grup 2 dimarts i dijous de les 16.30 a 17.30 hores i el grup 3 dimarts i dijous de les 17.30 a les 18.30 hores.

Les hores màximes totals per curs són les següents:

activitats curs 2026-27	hores/setmana de l'activitat	Hores curs
Hit pilates	2	70
GAC	2	70
TBC	2	70
Ciclo Indoor	1	35
Postural Fit	1	35
Hipopressius	2	70
Manteniment gent gran	6	210
Total	16	560

Les activitats físicoesportives objecte d'aquest contracte es realitzaran generalment en:

Gimnàs del pavelló d'esports:

Servei de dinamització de les activitats físicoesportives del gimnàs del pavelló municipal d'esports. Activitats previstes per al curs 2026-2027: Ciclo Indoor, Hit Pilates, GAC, TBC i Postural Fit. Total hores anuals: **280 hores / curs**.

Gimnàs de Can Ponac:

Servei de dinamització de les activitats físicoesportives del gimnàs de Can Ponac. Activitats previstes per al curs 2026-2027: Hipopressius i sòl pelvià i Gimnàstica de manteniment gent gran. Total hores anuals: **280 hores / curs**

El programa d'activitats, horaris i grups venen fixats per l'àrea d'esports de l'Ajuntament de Celrà. Les activitats es realitzen seguint el curs escolar, de setembre a juny. No hi ha activitat durant el període de vacances de Nadal, Setmana Santa i els mesos de juliol i agost.

Totes les activitats es duran a terme en horari de tardes de dilluns a dijous.

L'Ajuntament de Celrà posa a disposició el material necessari per a l'execució de les activitats objecte d'aquest contracte.

L'Ajuntament també posa a disposició per a l'execució d'aquest contracte les bicicletes de ciclo indoor però el manteniment de les bicicletes va a càrrec de l'empresa adjudicatària.

En cas de no arribar a un mínim de 8 persones usuàries inscrites en una activitat aquesta no es realitzarà.

L'Ajuntament de Celrà pot variar el tipus d'activitat sense modificar les hores anuals totals de contracte.

Aquest contracte inclou la figura necessària d'una persona que realitzi tasques de coordinació de les activitats i sigui la persona interlocutora entre l'empresa i l'Ajuntament.

L'adjudicatari/a haurà d'equipar amb la roba adequada al monitoratge, a càrrec seu.

3.- DURADA DEL CONTRACTE

3.1 La durada del contracte es fixa en dos anys, a comptar a partir de l'inici de la prestació del servei, coincidint amb el curs escolar i concretant-se el període de cadascuna de les activitats programades de l'àrea d'esports de l'Ajuntament de Celrà.

El contracte serà prorrogable de forma expressa, abans de la finalització del contracte, i sense que la durada de la seva vigència, incloses les pròrrogues d'un any més un any pugui excedir de 4 anys de conformitat amb l'article 29 de la Llei de la contracte del LCSP.

3.2 La prestació del servei, per la temporada 2026/27 anirà del 21 de setembre de 2026 al 18 de juny del 2027.

Per als successius cursos el servei es prestarà durant el període que es fixi per l'àrea d'esports de l'Ajuntament.

Les activitats físicoesportives no es portaran a terme durant el període de vacances de Nadal i de Setmana Santa, ni tampoc els festius com l'1 de maig (dia del treball), el 24 de juny (Sant Joan), 1 de novembre (Tot Sants), 6 de desembre (dia de la Constitució) i 8 de desembre (Immaculada concepció).

Com a festius locals i que per tant no hi hauran activitat són previsiblement el primer dilluns de maig de festa major i 29 d'octubre Sant Narcís, no obstant això, s'estarà al calendari oficial publicat anualment per la Generalitat i els festius locals aprovats per l'Ajuntament.

Durant els mesos de juliol i agost no es portaran a terme les activitats físicoesportives.

3.3 S'entendrà també prorrogat el contracte obligatòriament per a l'empresa adjudicatària en cas de resolució o finalització del termini contractual, fins que no s'hagi dut a terme una nova licitació per adjudicar el servei. En tot cas el termini no superarà els nou mesos, de conformitat amb l'article 29.4 LCSP.

4.- TASQUES, FUNCIONS I PERFIL DEL PERSONAL

4.1 La prestació del servei es farà amb el personal tècnic esportiu amb capacitat i experiència provada i amb la titulació adient per a cada tipus d'activitat.

4.2 El personal que executi aquest contracte tindrà dos perfils: el que pròpiament realitzarà el monitoratge i dirigirà les activitats físicoesportives, i la que realitzarà les tasques de coordinació.

4.3 Funcions del personal de monitoratge:

- Dissenyar i preparar les sessions.
- Impartir les sessions de les activitats programades, d'acord amb el contingut de la programació i dies i horaris establerts, tenint en compte les característiques i interessos del grup.
- Organitzar, preparar i recollir el material usat en les sessions.
- Informar al personal de consergeria del pavelló de qualsevol incident o desperfecte amb el material, o de la pròpia instal·lació per tal de poder-ne donar solució.
- Suggestir les propostes de millora que es creguin convenients i si és el cas, de les activitats.
- Arribar puntual a les sessions i tenir preparat el material necessari pel bon desenvolupament de la sessió



Ajuntament de Celrà

- Passar llista d'assistència a cada sessió. Els llistats seran trimestrals i seran facilitats i recollits per la tècnica d'esports.
- Transmetre la informació que es cregui que sigui necessària de part del servei d'esports a les persones usuàries.

4.4 Funcions de la coordinació:

- Recollir les incidències relacionades amb el contracte i transmetre-les a l'empresa o bé a la tècnica d'esports, en funció del tipus d'incidència.
- Ser la persona interlocutora amb la responsable del contracte en l'organització i coordinació de les activitats.

5.- CONTROL I FORMA DE SEGUIMENT DE L'EXECUCIÓ DEL CONTRACTE

La responsable del contracte és la tècnica auxiliar d'esports de l'Ajuntament de Celrà, qui per al seguiment del contracte, estarà en contacte amb la persona que realitzi les tasques de coordinació d'aquest contracte per part de l'empresa adjudicatària.

L'empresa adjudicatària col·laborarà amb l'àrea d'esports en tots els aspectes per a la millora del servei de les activitats físicoesportives que puguin repercutir directament en les persones usuàries.

Celrà, a data de la signatura electrònica.