



Club Natació
Terrassa

***Presentació seccions esportives
Temporada 2022-2023***



La nostra essència

FORMACIÓ

Apostem per la formació i la transmissió de valors positius a través de l'esport amb un vessant social i solidari.

ESPORT

Ens caracteritzem per ser un club formador i les modalitats aquàtiques són l'eix vertebrador de l'excel·lència esportiva.

BENESTAR / ENTORN FAMILIAR

Potenciem el nucli familiar com a element de cohesió i desenvolupament social.

RELACIONS INSTITUCIONALS

Com a entitat central del teixit associatiu de la ciutat, mantenim relacions institucionals sòlides amb empreses de diferents àmbits i amb organismes oficials



El club en xifres

16.700
socis

200
staff

60.000
m2 d'instal·lacions

2.700
m2 de làmina d'aigua

+ DE 20
olímpics

13
seccions
esportives

7M
pressupost

90
anys
d'història

129
equips de
competició

2.000
cursetistes

+200
activitats
dirigides

3.000
accessos
de persones
al dia

2.087
esportistes
federats



Seccions esportives



NATACIÓ

200 esportistes
8 equips



FUTBOL

450 esportistes
33 equips



ATLETISME

27 esportistes



EXCURSIONISME

164 esportistes



WATERPOLO

270 esportistes
18 equips



PÀDEL

172 esportistes
12 equips



FRONTENNIS

24 esportistes



BÀSQUET

354 esportistes
32 equips



KARATE

62 esportistes



JUDO

64 esportistes



PILOTA A MÀ

10 esportistes



TRIATLÓ

36 esportistes



VOLEIBOL

290 esportistes
26 equips



Projecció esportiva

CLUB DE REFERÈNCIA

Waterpolo

Competim i portem el nom de la ciutat a nivell català, estatal i internacional. Els dos equips sènior disputaran competició europea aquesta temporada. L'equip masculí jugarà l'Euro Cup i l'equip femení participarà en l'Eurolliga.



Natació

Comptem amb nedadors internacionals. Mario Mollà va participar en el Campionat d'Europa que va celebrar-se a Roma el mes d'agost.

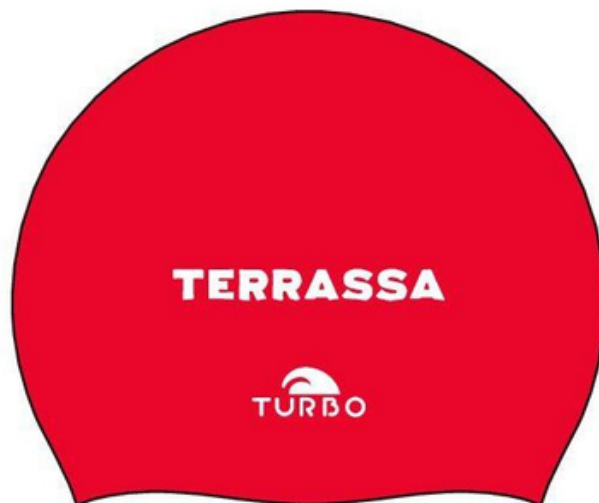




El nom de la ciutat

CLUB DE REFERÈNCIA

Portem el nom de la ciutat a nivell català, estatal i internacional. I el portem escrit en els casquets de natació i waterpolo.

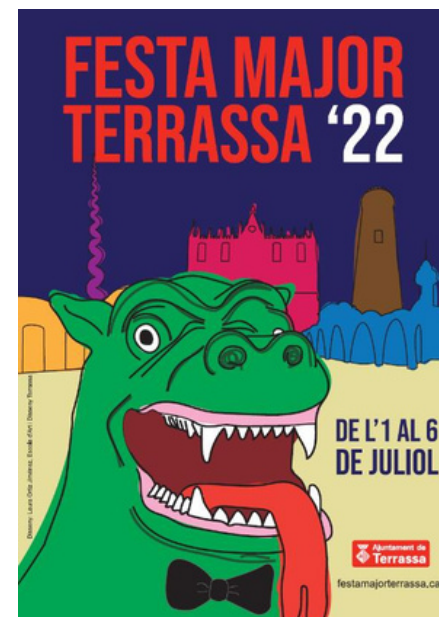




Som part del teixit associatiu

Com a club de referència, som part important del teixit associatiu de la ciutat.

La nostra voluntat és obrir-nos a ella, participar en esdeveniments cabdals que ens caracteritzen i que apleguen molts terrassencs i terrassenques.





Esport i inclusió

No només som una referència a nivell competitiu. Apostem fermament per la inclusió a través de l'esport.

Natació adaptada

El nostre equip de natació adaptada està format per 17 nedadors, entre els quals la Sarai Gascón, l'esportista més llorejada de la ciutat amb un total de 8 medalles als Jocs Paralímpics.

Waterpolo ability

Som el segon club de Catalunya en comptar amb un equip de waterpolo ability, una modalitat que tracta de donar cabuda a esportistes amb capacitats diverses en el món del waterpolo.



Protecció de l'infant

És una qüestió de gran importància per a nosaltres tenint en compte el gran nombre d'infants que es mouen diàriament per les nostres instal·lacions.

Per aquest motiu, hem creat la **Comissió de Prevenció, Detecció i Actuació** davant de situacions de violència infantil. Està integrada per:

- Professionals amb formació específica
- Delegada de protecció de l'infant



Servei de fisioteràpia i readaptació

Aquesta temporada engegarem aquest servei dirigit a millorar l'atenció dels nostres esportistes, que disposaran d'una zona per recuperar-se de les lesions que sorgeixin al llarg de la temporada.

Així mateix, emetrem comunicats sobre diversos aspectes que cal tenir en compte per tal de prevenir lesions i optimitzar l'estat de forma dels esportistes de la casa.



Novetats

Incorporació de tecnologia aplicada al rendiment esportiu

Introduïrem l'ús de la tecnologia per al desenvolupament metodològic de l'ensenyament i entrenament de les diferents disciplines.

Crearem una base d'informació que nodreixi els *staff* tècnics per prendre decisions en el procés d'aprenentatge dels esportistes.

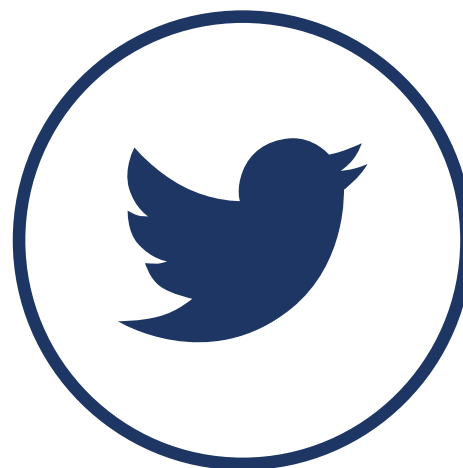
Crearem ponts de comunicació entre el club i les famílies

Digitalitzarem els processos d'entrenament.



Homogeneïtzació de les xarxes socials de les seccions

Durem a terme un procés d'uniformització de la imatge, dels criteris i dels continguts de les xarxes socials de les diferents seccions esportives.





Reptes conjunturals

Actualment, el context social i polític posa sobre la taula diferents factors que dificulten la gestió de qualsevol entitat:

- Encariment desmesurat del preu de l'energia
- Increment de l'IPC

Com ho intentem contrarestar?

- Aposta per l'energia fotovoltaica
- Projecte LED
- **Establir ponts de col·laboració amb les administracions. Ens calen ajudes.**



Club Natació
Terrassa

***Presentació seccions esportives
Temporada 2022-2023***



Anàlisi de dades aplicat al procés d'entrenament

Què pretenem amb aquest projecte?

1. Optimitzar i fer més eficaç el procés d'entrenament esportiu
2. Crear coneixement (interpretar les bases de dades)
3. Aplicar el coneixement per crear



Anàlisi de dades aplicat al procés d'entrenament

Com ho fem?

1. Aplicació de tecnologia per a la recollida de dades
2. Adaptació del sistema a la situació concreta de cadascuna de les seccions
3. Procés de seguiment



TRANSMETRE EL VALOR DE L'ESPORT A LA CIUTAT DE TERRASSA





Club Natació
Terrassa

***Presentació seccions esportives
Temporada 2022-2023***



Natació

Missió

- Classificar el club entre els 3 millors clubs nacionals.
- Classificar els nostres esportistes per a les grans fites internacionals.
- Assoliment dels reptes personals dels nostres nedadors (finals i medalles nacionals).

Visió

- Ser un club de referència esportiva en l'àmbit nacional amb un mètode d'entrenament propi que nodreixi la secció dels millors nedadors/res des de la base fins a les categories de competició.

Valors

- Passió, treball i humilitat.
- Sentiment de pertinença al club.
- Treball en equip, valors des dels més grans als més petits (padrins tècnics).



Natació

Estructura esportiva

DIRECCIÓ D'EQUIPS Raúl Navalón

EQUIP ABSOLUT Raúl Navalón

AJUDANT EQUIP ABSOLUT /
JÚNIOR
Rubén Martínez

EQUIP JÚNIOR Carles Faro

EQUIP INFANTIL
David Benítez / Víctor
Muñoz

EQUIP ALEVÍ
Aida López / Oriol
Abenoza

EQUIP BENJAMÍ
Sílvia Pagés/Alejandro
Calderón

EQUIP MÀSTER
NATACIÓ ADAPTADA
PREBENJAMÍ
Jordi Bosch

SEGUIMENT DE L'ESPORTISTA / RESPONSABLE ÀREA D'INTEL·LIGÈNCIA ARTIFICIAL Miguel Vázquez

200
esportistes

8
equips

10
tècnics



Natació



Fita històrica destacada

12 esportistes han representat el club als Jocs Olímpics en aquesta modalitat

Antoni Codina Tòquio 1964 (nedador)
Moscou 1980 (entrenador)

Natàlia Mas Moscou 1980

Cristina Rey Barcelona 1992

Pau Marc Muñoz Barcelona 1992
Atlanta 1996

Carles Millera Barcelona 1992

Laura Roca Sydney 2000
Atenes 2004

Sarai Gascón Pequín 2008
Londres 2012
Rio de Janeiro 2016
Tòquio 2020

Genís Rico Pequín 2008

José Antonio Marí Rio de Janeiro 2016

Patricia Castro Rio de Janeiro 2016

Albert Puig Rio de Janeiro 2016

Miguel Durán Rio de Janeiro 2016



Waterpolo



Missió

- Consolidar el programa de desenvolupament esportiu (WP Advance).
- Seguir aportant, mitjançant el Xap Polo, els valors que volem representar.
- Jugar els play off de Divisió d'Honor i les respectives Copes Femenina i Masculina.
- Aconseguir les respectives classificacions per competir a Europa la temporada 2023-2024.

Visió

- Mantenir una estructura d'entrenadors estable, vinculats al club i als seus valors.
- Classificació per als campionats de Catalunya i d'Espanya de totes les nostres categories.
- Organitzar diferents esdeveniments de caire nacional i internacional per visibilitzar el waterpolo dins del club i de la ciutat.



Waterpolo



Valors

- **DIVERTITS:** fem que entrenar amb nosaltres sigui agradable. Gaudim i fem gaudir.
- Siguem **RESPECTUOSOS** amb els companys d'equip, rivals, àrbitres i altres membres del club.
- **ÍNTEGRES:** Actuem de forma coherent, justa i transparent. Tracta els altres com t'agradaria ser tractat.
- **ACCESSIBLES:** Les preguntes sobre la secció i el funcionament han de ser benvingudes. Compartim coneixement i informació que pot aportar valors als altres.
- **LÍDERS:** Guanyem-nos el respecte: plantegem solucions a les problemàtiques, defensem els interessos d'equip per davant dels individuals.



Waterpolo



Estructura esportiva

ABSOLUT MASCULÍ

Dídac Cobacho

ABSOLUT FEMENÍ

Xavier Pérez

Programa WP Advance

PREBENJAMÍ: Álex Muñoz

BENJAMÍ: Iván Sánchez

ALEVÍ: Cesc Reina / Dídac Vera / Martí Mussons

INFANTIL: Jordi Millán / Xavier Pérez / Cesc Reina

Orientació a la Competició

CADET: Sergi Mora / Eduard Vera / Cesc Reina

JUVENIL: Sergi Mora / Eduard Vera

Equip de Suport

Laura García - Nutrionista

Álvaro Márquez - Fisioterapeuta

270
esportistes

18
equips

10
tècnics



Waterpolo



Fita històrica destacada

14 esportistes han representat el club als Jocs Olímpics en aquesta modalitat

Lluís Meya	Mèxic 1968	Svilen Piralkov	Pequín 2008
Enric Guàrdia	Munic 1972	Iñaki Aguilar	Rio de Janeiro 2016
Rafael Aguilar	Los Angeles 1984 (jugador) Barcelona 1992 (entrenador) Pequín 2008 (entrenador) Londres 2012 (entrenador)	Ricard Alarcón	Rio de Janeiro 2016
Josep Lluís Morillo	Los Angeles 1984	Paula Leitón	Rio de Janeiro 2016 Tòquio 2020
Pedro Garcia	Sydney 2000	Jordi Valls	Rio de Janeiro 2006 Tòquio 2020 (entrenador)
Sam McGregor	Atenes 2004	Bea Ortiz	Tòquio 2020
Iván Gallego	Pequín 2008	Pili Peña	Tòquio 2020



Bàsquet



Missió

- Disposar d'equips competitiu en les diferents categories.
- Consolidar els primers equips com a capdavanters a la ciutat i al bàsquet català.
- Introduir nous valors de pedrera als equips de competició.
- Mantenir els jugadors i jugadores engrescats per aquest esport.

Visió

- Donar un millor servei als nostres esportistes a nivell d'espai.
- Mantenir el nivell competitiu sense perdre de vista l'aportació de la pedrera.
- Consolidar l'estructura sostinguda durant els últims 20 anys.
- Millorar els recursos per desenvolupar les fites proposades.

Valors

- Humilitat i treball en equip.
- Sentiment de pertinença.
- Esforç i saber compartir.
- Mentalitat per als moments difícils.



Bàsquet



Estructura esportiva

Coordinació: Vicente Gómez

Adjunt a Coordinació: Jordi Sociats

354
esportistes

32
equips

52
tècnics



Bàsquet

Fita històrica destacada

5 ascensos masculins i 6 ascensos femenins a Copa Catalunya en els darrers 20 anys amb un 80% de jugadors exclusivament formats al club.



Futbol

Missió

Oferir una formació integral on els esportistes creixin en l'àmbit personal i futbolístic.

Visió

Assolir que el futbol base sigui un referent a la ciutat, crear una estructura d'equips femenins i poder seguir competint a 2a Catalana amb el primer equip.

Valors

Utilitzar les eines que ens ofereix aquest esport d'equip per transmetre valors com l'esforç, el treball en equip i el respecte a tot el que envolta la pràctica esportiva.



Futbol

Estructura esportiva

Coordinador general: Adrià Prados

Coordinador Futbol 7: Antonio Agüero

Coordinador Futbol 11: Vicenç Díaz

450
esportistes

33
equips

60
tècnics



Futbol



Fita històrica destacada

Creixement notable de la secció als darrers 6 anys: de 250 a 450 esportistes.

Creació d'un primer equip l'any 2018 i ascens a 2a Catalana en 3 temporades.



Vòlei



Missió

Integrar-nos com a nova secció del club.

Visió

Ser un club referent a Catalunya tant per volum com per qualitat.

Valors

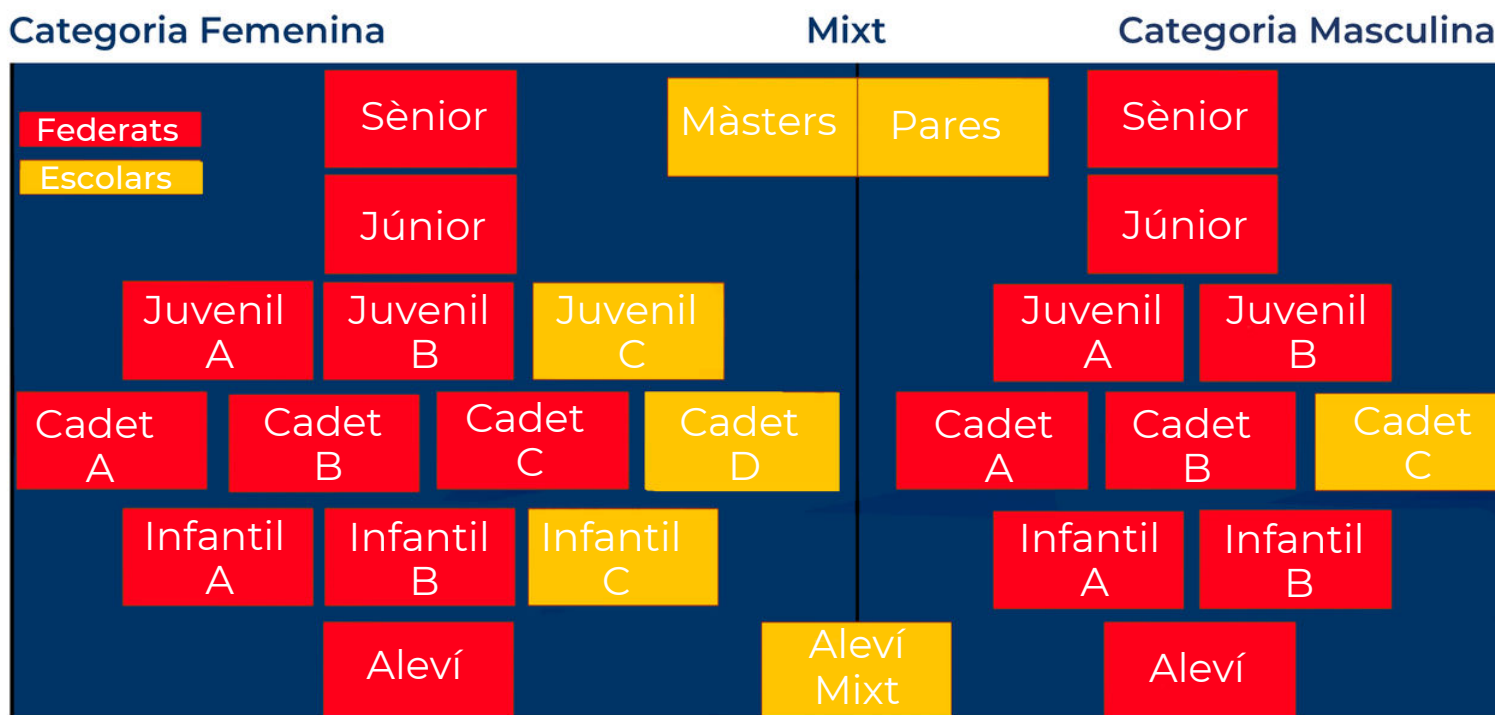
- Constància: Voluntat indestructible i continuada.
- Noblesa: Reconèixer mèrits aliens amb justícia i sense intencions ocultes.
- Treball en equip: Cooperar amb altres per aconseguir un objectiu comú.



Vòlei



Estructura esportiva



290
esportistes

26
equips

21
tècnics



Vòlei



Fita històrica destacada

2013: Creació del Club Voleibol Terrassa 2013

2016: Ascens a 3a Divisió del primer equip femení

2017: Ascens a 1a Divisió del primer equip masculí

2019: Increment d'equips base del club

2021: Presència a totes les categories tant masculines com femenines

2022: Ascens a 2a Divisió del primer equip femení



Pàdel

Missió

- Potenciar els esdeveniments socials per fomentar la comunitat de pàdel.
- Impulsar el pàdel infantil i la competició.
- Millora contínua de la qualitat de l'escola.

Visió

- Ser un esport de referència a nivell social per seguir creant comunitat gràcies a l'organització d'esdeveniments.
- Esdevenir un referent a la ciutat en la pràctica del pàdel a nivell social.

Valors

- Competitivitat, esportivitat i respecte.
- Esforç i disciplina.
- Diversió i amistat.



Pàdel

Estructura esportiva

Delegat: Eduard Ros

Coordinador: Juan Molina

Monitors

Lluís Jurado

José A. Martínez

Pol Murcia

Arnau Gràcia

172
esportistes

12
equips

5
tècnics



Pàdel

Fita històrica destacada

2018-2019: L'equip absolut masculí A va aconseguir l'ascens a la màxima categoria del Vallès, Divisió d'Honor A

2018: Ampliació a 10 del nombre de pistes

2020: Campions de Catalunya de 4a Categoria

2021-22: L'equip absolut femení A va aconseguir l'ascens a la màxima categoria, Divisió d'Honor A, a la Lliga Catalana de Pàdel

2022: Rècord en el número d'inscrits a un torneig del Club (260 jugadors/es al Torneig Social Pàdel)



Club Natació
Terrassa

***Presentació seccions esportives
Temporada 2022-2023***



Atletisme

Missió

Incrementar el número de membres i participants en les proves del “Circuit Activa’t de Terrassa”.

Visió

Enfortir la connexió entre el benefici de la pràctica esportiva i l’amistat que ens uneix a tots i, així, enfortir el club des del vessant esportiu, social i de salut.

Valors

L’esport i l’activitat social que fem milloren la nostra salut. Són aspectes apreciats entre els nostres corredors, de manera que sempre estarem disposats a potenciar-los.



Atletisme

Estructura esportiva

Delegat i Comissió

27
esportistes



Atletisme



Fita històrica destacada

La Pujada a Montserrat que organitzàvem anualment va ser tot un èxit de participants en les nombroses edicions en què es va organitzar. Més d'un centenar d'atletes accedien al cim per dos itineraris diferents, un de muntanya i un de carretera.



Excursionisme

Missió

Guiar i formar els socis en la muntanya, tot gaudint de l'entorn natural d'una forma segura.

Visió

Continuar preparant activitats, tot i que, en els darrers anys, observem que la gent surt sola a la muntanya, sense acudir als clubs.

Valors

Secció de caràcter social que vol transmetre al grup uns valors de companyonia i solidaritat. És un aspecte molt apreciat pels socis que es van incorporant.



Excursionisme

Estructura esportiva

Delegat i comissió.

En total, 5 socis organitzen i coordinen les activitats.

164
membres de la secció

100
socis federats



Excursionisme



Fita històrica destacada

L'any 2006 una expedició de la secció va anar al Perú, a la cordillera blanca i va fer les ascensions següents:

- Urus (5.420 m)
- Ishinca (5.540 m)
- Tocjaraju (6.034 m)



Frontennis



Missió

Preparar els membres de la secció i de l'escola per a la participació en els diferents campionats tant a nivell català com estatal ja sigui per clubs o per Federacions.

Visió

- Incrementar el nombre de participants a la nostra secció i escola amb l'organització d'esdeveniments adreçats als socis que no competeixen actualment.
- Acollir novament un Open estatal, preferentment d'edat escolar, ja que tenim un dels millors jugadors del circuit, per engrescar a nous jugadors de base.

Valors

Els valors de la pràctica del frontennis no difereixen gaire de la resta d'esports: companyonia, integració, respecte, esforç i superació.



Frontennis

Estructura esportiva

Yolanda García – Delegada de la Secció

Víctor Modenes – Monitor de l'escola

24
esportistes

16
a la secció

8
a l'escola



Frontennis



Fita històrica destacada

- Aconseguir que la Federació Catalana de Pilota tornés a introduir la modalitat de pilota olímpica (pilota oficial a nivell mundial) al Circuit Català.
- Aconseguir la participació de Catalunya en edat escolar al Campionat d'Espanya de Federacions amb presència majoritària d'alumnes de la nostra escola.
- Victòria en dos dels tres Màsters Nacionals d'edat escolar.
- Comptem amb el jugador més jove en guanyar el Màster de Catalunya Modalitat Olímpica.
- Campions de Catalunya en modalitat pilota olímpica i en modalitat preolímpica en diverses ocasions.



Judo

Missió

Incrementar el número d'esportistes mitjançant els convenis que tenim amb les diferents escoles i amb altres socis i no socis del club.

Visió

Reforçar i enfortir el vincle entre les famílies i els membres de la secció per aconseguir un ambient d'amistat.

Valors

La constància i l'esforç en el treball del dia a dia, l'honestedat, la cortesia, la sinceritat, modèstia, el respecte, l'autocontrol i l'amistat.



Judo

Estructura esportiva

DELEGAT

René Boissalier Rivera

COORDINADOR / SENSEI

René Boissalier Rivera

Monitor

David Ruiz Herencia

64
esportistes

4
equips

2
tècnics



Judo



Fita històrica destacada

Diversos podis en Campionats de Catalunya en diferents categories i participacions en Campionats d'Espanya i Europa.



Karate

Missió

Ajudar els nostres esportistes a la consecució dels seus objectius físics, tècnics i espirituals del nostre art marcial mitjançant l'esforç diari.

Visió

Aconseguir l'excel·lència a llarg termini a partir de la fixació d'objectius a mig termini.

Valors

Els cinc preceptes del karate: respecte pels altres, esforç i constància, reprimir la violència, mantenir una actitud ètica i millorar la personalitat.



Karate

Estructura esportiva

DELEGAT

Carlos Germán Tarrés

COORDINADOR / SENSEI

Francesc Jiménez Ramos

AJUDANTS

Andrea Blanco Pérez

Míriam Perea Herencia

Javier Montes Lozano

62
esportistes

5
equips

1
tècnic



Karate

Fites històriques destacades

Reconeixement per part de la Federació Catalana de Karate pels nombrosos èxits assolits durant l'any 2005.

Curs multidisciplinar i amb karate, kobudo i jiu-jitsu amb més de 60 participants.

Més de 30 cinturons negres formats a la secció fins a l'any 2022, entre ells 7 cinturons negres 2n Dan.

Organització durant més de 20 anys del Torneig Social.



Pilota a mà

Missió

Participar en les màximes competicions tant de la Federació Catalana de Pilota com d'altres clubs, prendre part en diversos esdeveniments socials i inscriure-hi el major nombre de jugadors possibles.

Visió

Continuar amb la progressió de la secció i donar a conèixer aquest esport “tradicional” a tots els nivells tant esportius com socials.

Valors

Considerem que la pilota a mà aporta uns valors de tradició, esport i companyonia a la vegada d'un gran respecte envers l'activitat i l'esport.



Pilota a mà

Estructura esportiva

Delegat i jugadors

10
esportistes

Equips:
Individual i per parelles



Club Natació
Terrassa



Pilota a mà

Fita històrica destacada

Organització any rere any de les tradicionals XII Hores de Pilota a Mà, un referent dins del món de la pilota.



Triatló



Missió

- Compartir i gaudir la nostra passió pel triatló amb altres companys i entrenar conjuntament.
- Incentivar la pràctica d'aquestes 3 modalitats, així com l'assistència de triatletes femenines.

Visió

- Incrementar el número de participants a la nostra secció.
- Tornar a dur a terme una nova edició del Duatló de Terrassa.
- Tenir una pedrera de nous triatletes.

Valors

Superació, constància, igualtat, respecte cap als altres, solidaritat amb els companys.
A més de l'aportació de grans beneficis físics per practicar aquestes 3 modalitats.



Triatló



Estructura esportiva

Mireia Fageda – Delegada de la Secció

Albert Cahihuelas

Carlos Pérez

36
esportistes

Equips sènior i categories



Triatló



Fita històrica destacada

Aconseguir que el Duatló de Muntanya que realitzàvem anys anteriors estigués inclosa en el Circuit Català de Muntanya i en la Lliga de Clubs.



Club Natació
Terrassa

Moltes gràcies pel vostre suport!



l'Asseguradora
Mútua Terrassa



café experts

dasGate

by das.rvno





Club Natació
Terrassa

***Presentació seccions esportives
Temporada 2022-2023***



Activitats dirigides

Al marge de les seccions esportives de competició, disposem d'una oferta àmplia d'activitats dirigides per a totes les edats i condicions. Una pràctica esportiva saludable, lúdica i amb molt seguiment entre els nostres socis.

- 200 classes setmanals
 - Activitats cardiovasculars (Bodycombat, Zumba)
 - Ciclisme indoor
 - Activitats de tonificació (CNT Pump, Interval Training)
 - Gimnàstiques dolces (Gym Postural)
 - Activitats aquàtiques (Aquagym, Aquasalus)



Club Natació
Terrassa

***Presentació seccions esportives
Temporada 2022-2023***