



NATURALMENT
ESPORT A L'ESTANY

BONES PRÀCTIQUES DE SENSIBILITZACIÓ I EDUCACIÓ AMBIENTAL EN ESDEVENIMENTS ESPORTIUS A L'ESTANY DE BANYOLES.

*Curses i activitats físicoesportives al medi natural
Jornades tècniques al Castell de Montesquiú, novembre de 2016
Durada: 20'*









Km 1









energía hidratación

NutriSport GEL

NutriSport GEL
energía

con/cont Taurina
NutriSport GEL
energía

energía hidratación

NutriSport GEL

energía hidratación

NutriSport GEL





Veri

Veri

Veri

Veri

Veri

Veri

Veri

Veri

Veri

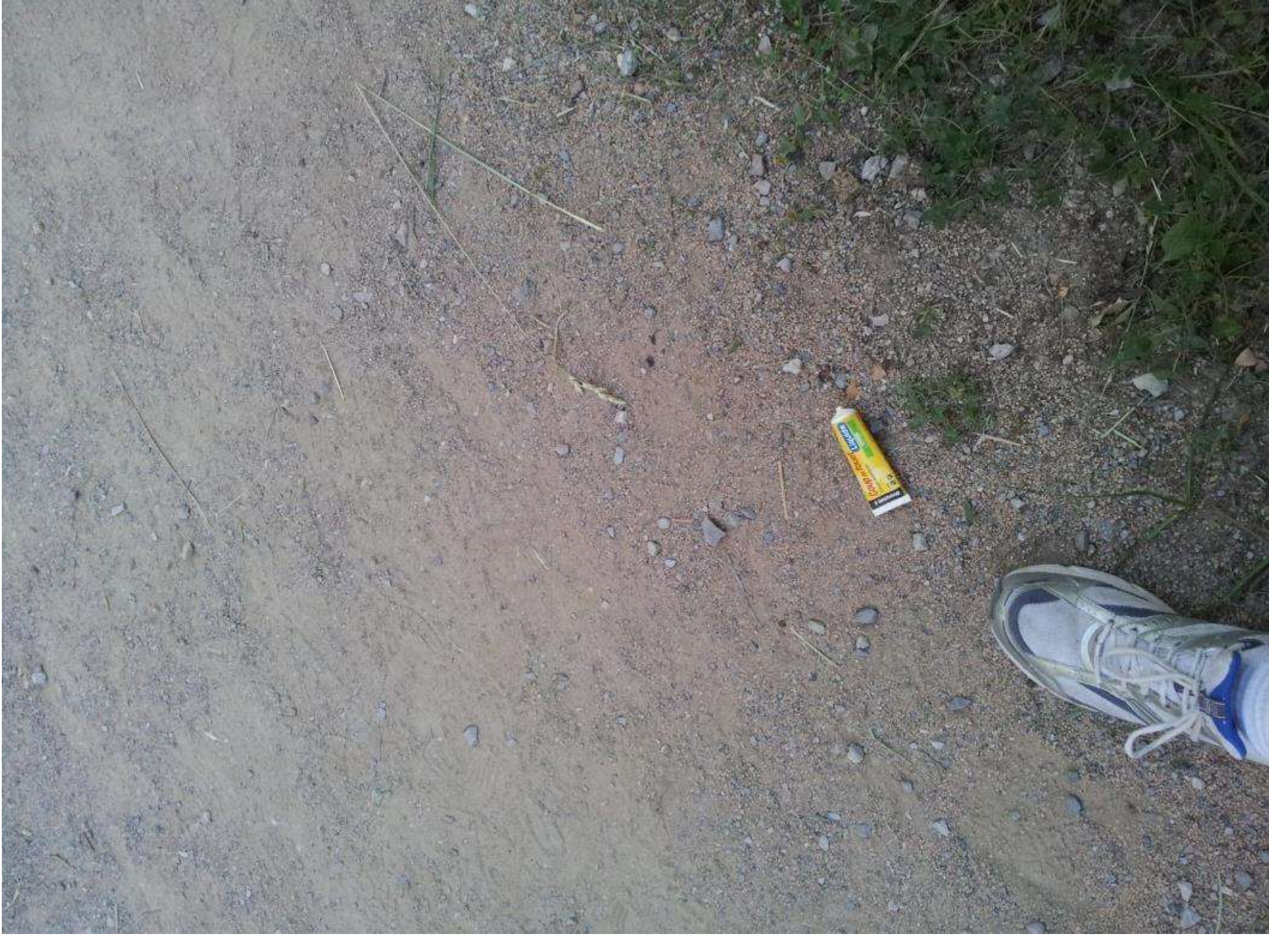
Veri

Red Tonic

Red Tonic

Veri











PK
POLY-KLYN
W.C.
LONDRES - ALGERIE
TEL: 002 104 700

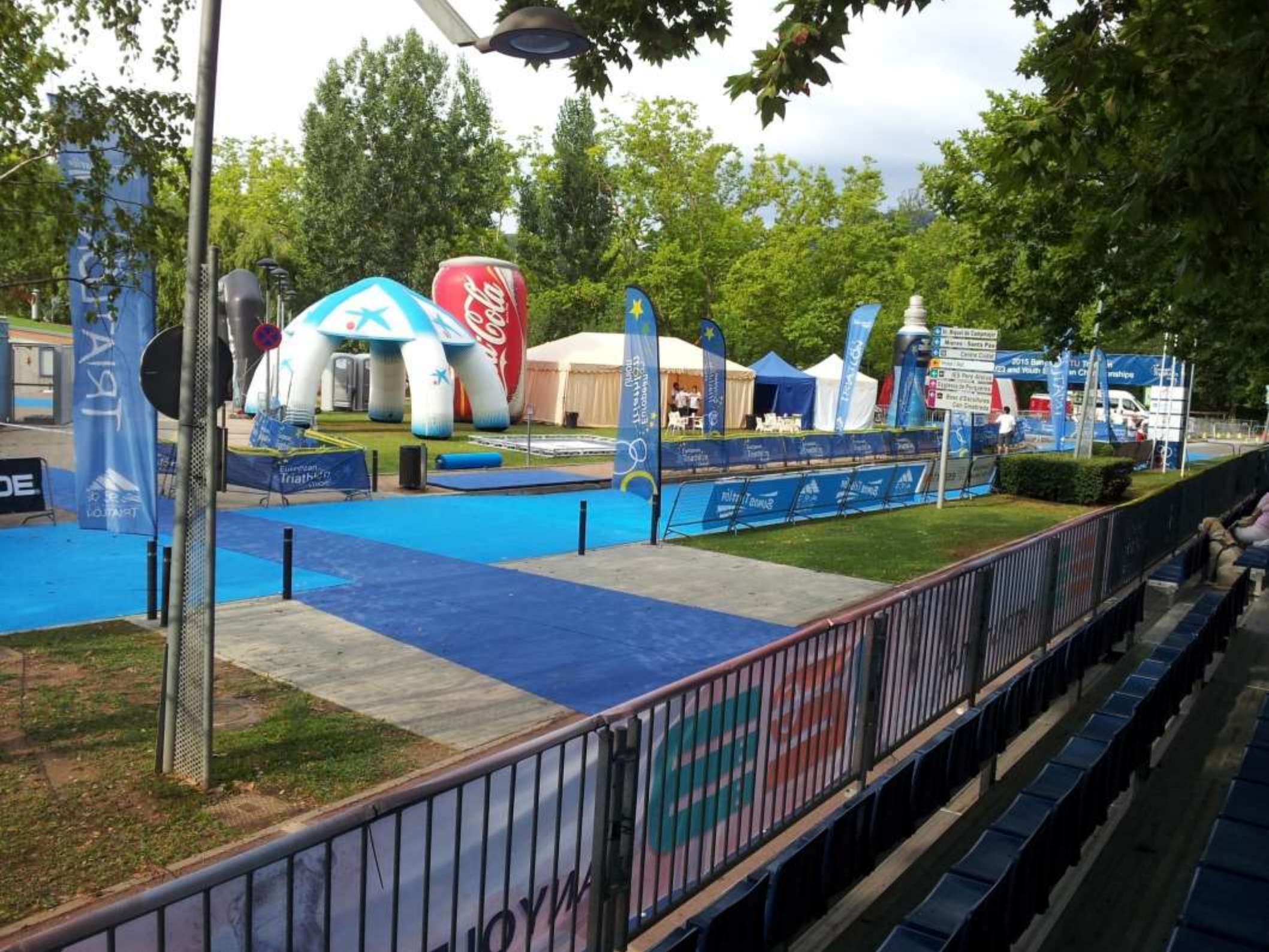
PK
POLY-KLYN
W.C.
LONDRES - ALGERIE
TEL: 002 104 700

TOI
TOI



PK
POLY-KLYN
W.C.
LONDRES - ALGERIE
TEL: 002 104 700

MUCHOS HACEN TRIATLÓN
NOSOTROS LO REINVENTAMOS
www.comitefrancosantoni.com



EUROPEAN TRIATHLON WORLD



EUROPEAN TRIATHLON WORLD

EUROPEAN TRIATHLON WORLD

- Dr. Piquel de Compañeros
- Morera - Santa Ponsa
- CE3 - Centre Cultural
- Hotel 7 Sur
- U.S. Park - Avenida
- Estadio de Fútbol
- Base d'Estadística
- Club Deportivo

2015 Bicycling and Volunteering

European Triathlon World

EUROPEAN TRIATHLON WORLD

DE

EUROPEAN TRIATHLON WORLD



Triathlon, 2016

Triathlon is a multisport endurance discipline consisting of a combination of swimming, cycling and running. It is a popular sport for both recreational and competitive athletes.

Triathlon is a multisport endurance discipline consisting of a combination of swimming, cycling and running. It is a popular sport for both recreational and competitive athletes.

European Triathlon Union

TEAM AUSTRIA















**LITTERING
RESIDUOS
AREA**

START







Organitza:



Amb la col.laboració de:

- Ajuntament de Banyoles
- Ajuntament de Porqueres
- Càtedra de l'Esport (UdG)
- Club Natació Banyoles
- Consell Esportiu del Pla de l'Estany
- Consorci de l'Esport
- Consorci de l'Estany
- Museu Darder

Amb el suport de:



Realització d'una avaluació de la sensibilització i educació ambiental d'esdeveniments esportius a l'Estany de Banyoles.

Finalitat: fer el seguiment de la sensibilització i de l'educació ambiental durant els esdeveniments esportius a l'Estany de Banyoles.

Metodologia específica basada en el treball de camp, en la concreció del marc conceptual de l'esport en espais naturals i el coneixement d'experiències pràctiques.

Definir uns ***criteris de seguiment de sensibilització i educació ambiental*** amb el resultat final d'una proposta de bones pràctiques.

Realització d'una avaluació de la sensibilització i educació ambiental d'esdeveniments esportius a l'Estany de Banyoles.

Dades obtingudes durant els seguiments, del seu tractament,

...del marc conceptual

...i del coneixement d'experiències:

presentar un document amb propostes de bones pràctiques ambientals de sensibilització i educació ambiental en esdeveniments esportius a l'Estany.



Realització d'una avaluació de la sensibilització i educació ambiental d'esdeveniments esportius a l'Estany de Banyoles.

Full de seguiment de sensibilització i educació ambiental d'esdeveniments esportius a l'Estany de Banyoles



FULL DE SEGUIMENT DE SENSIBILITZACIÓ I EDUCACIÓ AMBIENTAL D'ESDEVENIMENTS ESPORTIUS A L'ESTANY DE BANYOLES

V2

Prova esportiva: _____
 Observacions: _____
 Data: _____

DADES GENERALS

Prova esportiva: _____
 Cèrquia: _____
 Horari: _____
 Espais: _____
 Nivell/edat de la prova: _____
 Organització: _____
 Lloc on es desenvolupa la prova? _____
 Persona de contacte: _____
 Responsabilitat de l'organització: _____
 Codi acreditació (si n'hi ha): _____
 *Adreça web per a fer les inscripcions: _____
 *Més adreces associades? (SI/NO): _____
 - Sí/no: _____
 * Es disposa de reglament de la prova? (SI/NO): _____
 - Desonem: _____
 *Més adreces associades? (SI/NO): _____
 - Sí/no: _____
 * Es disposa de normativa específica? (SI/NO): _____
 - Desonem: _____
 *Més adreces associades? (SI/NO): _____
 - Sí/no: _____
 * Es compta l'habitació privada (dormitori)? (SI/NO): _____
 - Més adreces associades? (SI/NO): _____
 - Sí/no: _____
 * Es realitza o es duu a terme algun tipus d'activitat? (SI/NO): _____
 - Sí/no: _____
 Nombre d'esportistes (previstes): _____
 Nombre de persones de l'organització (previstes): _____
 Nombre de persones voluntàries (previstes): _____
 Nombre de persones del públic (previstes): _____



ESDEVENIMENT ESPORTIU, Espai 1 _____

Prova esportiva: _____
 Observacions: _____
 Data: _____

INFRASTRUCTURES (catalafs, taules, tanques, arc de sortida, grades, etc.)
 Afegir fotografies:

	De l'equipament (descriptiu)	Altres (descriptiu)
Temporals		
Perma		

Comentaris: _____

ELEMENTS DE SENSIBILITZACIÓ (senyals, rètols, indicadors, prestatges, etc.) Afegir fotografies:

	Verticals (descriptiu)	Horizontals (descriptiu)
Temporals		
Perma		

Comentaris: _____

BOROLL Afegir fotografies:

	Tipologia (rec, malla, regatins de ra, etc.)	Tipus de material (sintètic, natural, etc.)	Tipus de regatins (dura, prima)	Material amb què s'ha fet? (per cas negatiu qd)
Marc 1				
UB(A)				
Marc 2				
UB(A)				
Marc 3				
UB(A)				



ACTUALITZACIONS Afegir fotografies #1

	Nombre de punts d'actualització
Situació	
Descripció	
Productes	
Sistema de recollida de residus (descriptiu)	
URL (SI/NO)	

Comentaris: _____

ACTUALITZACIONS Afegir fotografies #2

	Nombre de punts d'actualització
Situació	
Descripció	
Productes	
Sistema de recollida de residus (descriptiu)	
URL (SI/NO)	

Comentaris: _____

IMPACTES OBSERVATS Afegir fotografies:

	Fauna	Flora	Sòl	Patrimoni

Comentaris: _____



Comentaris: _____

Esquema de la situació de la regateria



RESIDUS Afegir fotografies:

	Residus a la prova	Residus a la prova
Organització recollida (contenidors, etc.)		
Residus no recollits al final de la prova		

Comentaris: _____

ACTUALITZACIONS Afegir fotografies #1

	Nombre de punts d'actualització
Situació	
Descripció	
Productes	
Sistema de recollida de residus (descriptiu)	
URL (SI/NO)	

Comentaris: _____



US DE L'AGUA Afegir fotografies:

	Tipus de vehicle / per on circula	Apartament
Tipus de vehicle / per on circula		
Apartament		

Comentaris: _____

MOBILITAT Afegir fotografies:

	Tipus de vehicle / per on circula	Apartament	Apartament	Apartament
Tipus de vehicle / per on circula				
Apartament				

Comentaris: _____

LAVABOS Afegir fotografies:

	Participants (SI/NO)	Perma (SI/NO)
Participants (SI/NO)		
Perma (SI/NO)		

Comentaris: _____

Full de seguiment de sensibilització i educació ambiental d'esdeveniments esportius a l'Estany de Banyoles

SEGUIMENT POSTERIOR

Prova esportiva	
Observador/as	
Dies i horaris d'observació	

Nombre d'esportistes	
Nombre de persones de l'organització	
Nombre de persones voluntàries	
Nombre de persones del públic	

Espai 1:

Visita de seguiment de senyalització

Data	
Horari	
Hi ha senyalització? (SI/No, Descripció).	

Visita de seguiment de residus

Data	
Horari	
Hi ha residus? (SI/No, Descripció).	

Espai 2:

Visita de seguiment de senyalització

Data	
Horari	
Hi ha senyalització? (SI/No, Descripció).	

14

Visita de seguiment de residus

Data	
Horari	
Hi ha residus? (SI/No, Descripció).	

Espai 3:

Visita de seguiment de senyalització

Data	
Horari	
Hi ha senyalització? (SI/No, Descripció).	

Visita de seguiment de residus

Data	
Horari	
Hi ha residus? (SI/No, Descripció).	

15

COMENTARIS GENERALS

16

Realització d'una avaluació de la sensibilització i educació ambiental d'esdeveniments esportius a l'Estany de Banyoles.

El full s'ha aplicat a 8 proves esportives al llarg de l'any 2015:

- > Copa catalana internacional BTT (8 de març)*
- > **Confrontació catalana de Rem (14 de març)***
- > XXV Duatló de Banyoles 1991-2015 (15 de març)*
- > **Cursa de Muntanya (22 de març)***
- > III Trofeu Ciutat de Banyoles + Programa 2020 de Piragüisme (11 d'abril)*
- > **X Open internacional de Rem + Trofeu Pedro Abreu de Rem + Trofeu Ciutat de Banyoles de Rem (24-26 d'abril)***
- > XI Triatló Internacional B de Banyoles (7 de juny)*
- > **ETU Triatlón U23 + Young European Championships (25 i 26 de juliol)***

«Document dirigit als organitzadors d'esdeveniments esportius a l'Estany i consensuat amb el màxim possible d'entitats col·laboradores, relacionades amb l'organització d'esdeveniments esportius a l'Estany, i que establirà uns criteris bàsics i mínims que garanteixin els respecte a la natura durant la pràctica esportiva i, en especial, en els esdeveniments esportius massius.»

- > *Dirigit als agents organitzadors d'esdeveniments esportius a l'Estany i*
- > *Pretén establir uns criteris **senzills, generals, bàsics i mínims** que assegurin la divulgació de la conservació de la natura durant la pràctica esportiva -amb especial atenció als esdeveniments esportius massius-,*
- > *Es tracta d'una proposta de consideracions per a **millorar la capacitat de rebre informació dels agents implicats en els esdeveniments esportius** i convertir-la en respostes per **minimitzar l'impacte** en el medi ambient.*
- > *És un **punt de partida** per a conciliar esport i conservació de la natura a l'Estany amb el màxim consens de les entitats organitzadores i que permet la seva millora i ampliació al llarg del temps.*
- > *La finalitat és la **conciliació de la pràctica esportiva i la conservació de la natura, així com la consegüent reducció de l'impacte ambiental al mínim a través de la sensibilització i l'educació ambiental.***

Activitat 7

Creació d'un document de bones pràctiques ambientals en l'organització i celebració d'esdeveniments esportius a l'Estany.

«Document dirigit als/les participants d'esdeveniments esportius a l'Estany i consensuat amb el màxim possible d'entitats col·laboradores, relacionades amb l'organització d'esdeveniments esportius a l'Estany, i que establirà uns criteris bàsics i mínims que garanteixin els respecte a la natura durant la pràctica esportiva i, en especial, en els esdeveniments esportius massius.»

Consells ambientals

> Consells ambientals adreçats als/les participants en els esdeveniments esportius (esportistes)

- Recorda que estàs en un espai natural protegit: practica esport respectant el paisatge, la vegetació i la fauna.
- Llença les deixalles al contenidor corresponent.
- No deixar residus enlloc, especialment ampolles de plàstic a les palanques.
- No surtis de les zones autoritzades per a la pràctica esportiva.
- No passis entremig de la vegetació.
- Embarca i desembarca només en els punts habilitats.
- Tingues cura en la neteja de bots, equipament esportiu i materials diversos per evitar l'expansió d'espècies exòtiques.
- Compleix la normativa específica referent al teu esport.
- Pesca només als llocs permesos i amb els esquers adequats.

> L'Estany és un espai fràgil, entre tots l'hem de conservar per continuar gaudint-ne fent esport a la natura.



NATURALMENT
ESPORT A L'ESTANY

CONSELLS AMBIENTALS ADREÇATS ALS/LES PARTICIPANTS EN ELS ESDEVENIMENTS ESPORTIUS (ESPORTISTES)

L'Estany és un espai fràgil, entre tots l'hem de conservar per continuar gaudint-ne fent esport a la natura.



Recorda que estàs en un espai natural protegit: practica esport respectant el paisatge, la vegetació i la fauna.



Llença les deixalles al contenidor corresponent.
No deixis residus enlloc, especialment ampolles de plàstic a les palanques.



No surtis de les zones autoritzades per a la pràctica esportiva.
No passis entremig de la vegetació.



Embarca i desembarca només en els punts habilitats.



Tingues cura en la neteja de botes, equipament esportiu i materials diversos per evitar l'expansió d'espècies exòtiques.



Compleix la normativa específica referent al teu esport.



Pesca només als llocs permesos i amb els esquers adequats.



NATURALMENT
ESPORT A L'ESTANY

PROPOSTA DE BONES PRÀCTIQUES DE SENSIBILITZACIÓ I EDUCACIÓ AMBIENTAL EN ESDEVENIMENTS ESPORTIUS A L'ESTANY DE BANYOLES.

A partir de les dades obtingudes durant els seguiments de sensibilització i educació ambiental d'esdeveniments esportius a l'Estany de Banyoles realitzades al llarg de l'any 2015, del seu tractament, del marc conceptual i del coneixement d'experiències, es presenta un document amb **propostes de bones pràctiques ambientals de sensibilització i educació ambiental en esdeveniments esportius a l'Estany.**

El document està dirigit als agents organitzadors d'esdeveniments esportius a l'Estany i pretén establir uns criteris **senzills, generals, bàsics i mínims** que assegurin la divulgació de la conservació de la natura durant la pràctica esportiva -amb especial atenció als esdeveniments esportius massius-, la conciliació de la pràctica esportiva i la conservació de la natura, així com la conseqüent reducció de l'impacte ambiental a través de la sensibilització i l'educació ambiental.

Es tracta d'una proposta de consideracions per a **millorar la capacitat de rebre informació dels agents implicats en els esdeveniments esportius** i convertir-la en respostes per **minimitzar l'impacte** en el medi ambient per causa dels esdeveniments esportius.

Les bones pràctiques incideixen en aquells aspectes que més poden influir en la sensibilització i l'educació ambiental d'aquests agents, bàsicament **la informació, les infraestructures i la senyalització, i la gestió dels residus. També inclou un apartat dedicat a la gestió ambiental.**

Es un punt de partida per a conciliar esport i conservació de la natura a l'Estany amb el màxim consens de les entitats organitzadores i que permet la seva millora i ampliació al llarg del temps.



NATURALMENT
ESPORT A L'ESTANY

PROPOSTA DE BONES PRÀCTIQUES DE SENSIBILITZACIÓ I EDUCACIÓ AMBIENTAL EN ESDEVENIMENTS ESPORTIUS A L'ESTANY DE BANYOLES.

Dirigit als agents organitzadors d'esdeveniments esportius a l'Estany de Banyoles.

1. Informar als/les esportistes, participants i acompanyants que es troben en un espai natural protegit.
2. Informar detalladament a l'organització i al voluntariat participants de la normativa d'ús de l'espai natural protegit.
3. Divulgar activament consells ambientals adreçats als/les esportistes dels esdeveniments esportius.
4. Incloure informació ambiental a les pàgines web d'inscripció de les proves esportives.
5. Informar, mitjançant les pàgines web d'inscripció de les proves esportives, sobre la possibilitat d'utilitzar els transports públics i els cobres compartits.
6. Fer arribar a tots/es els/les participants un correu electrònic amb informació ambiental sobre l'espai natural protegit.
7. Incloure als reglaments i a les normatives específiques de cada esdeveniment aspectes ambientals en forma de consell i/o en forma de norma.
8. Incloure informació ambiental a les reunions prèvies («briefings») dels esdeveniments esportius.
9. Incloure informació ambiental en la formació de l'organització i del voluntariat dels esdeveniments esportius.
10. Incloure informació ambiental entre els materials obsequiats als/les participants dels esdeveniments esportius.
11. Incloure informació ambiental i consells ambientals entre els continguts dels missatges dels «speaker» dels esdeveniments esportius.
12. Assegurar la presència d'informació ambiental en les zones de pràctica esportiva.



NATURALMENT
ESPORT A L'ESTANY

INFRAESTRUCTURES I SENYALITZACIONS

13. Delimitar adequadament les zones de la pràctica esportiva durant els esdeveniments.
14. Concentrar els/les participants (esportistes i acompanyants) en zones específiques ben delimitades.
15. Utilitzar senyalitzacions (verticals) de materials reutilitzables i reciclables.
16. Fer ús de senyalitzacions (horitzontals) efímeres i no permanents.
17. No interferir en zones ecològicament sensibles en època de cria (maig-juliol).
18. Fer ús d'infraestructures ben integrades a l'espai natural i reutilitzables.
19. Treure les infraestructures i les senyalitzacions tan bon punt no es necessitin.
20. Netejar i restaurar l'entorn el més aviat possible.

GESTIÓ DELS RESIDUS

21. Regular el nivell de soroll, considerar l'orientació dels altaveus i no sobrepassar el nivell de soroll permès.
22. Reduir i controlar els residus.
23. Generar el mínim de residus i instal·lar contenidors degudament identificats per a la seva recollida i reciclatge.
24. Establir un control previ de residus entre els/les participants.
25. Establir zones de recollida de residus en els avituallaments.
26. Establir els avituallaments lluny de les zones més fràgils de l'espai natural protegit.
27. Incloure informació sobre l'ús racional i l'estalvi d'aigua en els serveis provisionals.

GESTIÓ AMBIENTAL

28. Establir una estratègia ambiental específica per a cada esport i per cada esdeveniment esportiu.
29. Crear una comissió ambiental per a cada esport i per cada esdeveniment esportiu.
30. Informar públicament de totes les mesures adoptades.

ACTIVITATS PRÈVIES

- 1. Creació d'un grup de treball.*
- 2. Creació d'una comissió de treball.*
- 3. Avaluació inicial de la sensibilització i educació ambiental*
- 4. Concreció del marc conceptual de l'esport en espais naturals .*
- 5. Creació d'un programa de voluntariat ambiental.*

*Disseny gràfic de la **imatge** del projecte (lones i banderoles).*



NATURALMENT
ESPORT A L'ESTANY

ACTIVITAT CENTRAL

6.- Jornada sobre els esports en espais naturals

JORNADA ESPORT I CONSERVACIÓ DE LA NATURA A L'ESTANY DE BANYOLES

Jornada tècnica sobre la realització d'esdeveniments esportius a l'Estany de Banyoles, i la conciliació entre la pràctica esportiva i la conservació de la natura a través d'actuacions de sensibilització i educació ambiental.

DATA

Dissabte 31 d'octubre de 2015

LLOC

Museu Darder (plaça dels Estudis, 2 - Banyoles)

HORARI

De 10 a 14 h i de 15.30 a 18 h

INSCRIPCIÓ

La inscripció és obligatòria i gratuïta.

Formulari d'inscripció: [Fes clic aquí](#)

Dinar gratuït per als participants inscrits abans de dijous 29 d'octubre

Es lliurarà certificat d'assistència.



PROGRAMA



SESSIÓ DE MATÍ PONÈNCIES

10.00 h Benvinguda

10.10 h Presentació del projecte "Naturalment, esport a l'Estany".

10.30 h El turisme ambiental i esportiu a l'Estany de Banyoles.

Sr. Oriol Sallent i Bonaventura, Professor de la Facultat de Turisme de la Universitat de Girona i del Grau en Ciències de l'Activitat Física i l'Esport de la Universitat de Vic. Col·laborador de la Universitat Ramon Llull - IQS.

11.15 h Descans

11.45 h Els valors naturals de l'Estany de Banyoles i la seva conservació.

Sr. Xavier Vila i Portella, Professor de la Facultat de Ciències de la Universitat de Girona i investigador de l'Institut d'Ecologia Aquàtica.

12.15 h Els valors de l'esport en els espais naturals.

Sr. Víctor López i Ros, Professor de la Facultat d'Educació i Psicologia i director de la Càtedra d'Esport i Educació Física-Centre d'Estudis Olímpics de la Universitat de Girona.

12.45 h La freqüentació durant els esdeveniments esportius a l'Estany de Banyoles.

Sr. Albert Cargol i Roura, Alumne de la Facultat de Geografia de la Universitat de Girona i autor del treball de final de grau "Estudi de la freqüentació de les activitats esportives, turístiques, culturals, educatives i de lleure de l'espai d'interès natural de l'Estany de Banyoles".

13.00 h Debat

14.00 h Dinar

SESSIÓ DE TARDÀ EXPERIÈNCIES

15.30 h Experiència de bones pràctiques ambientals en esdeveniments i equipaments esportius als espais naturals protegits de la Diputació de Barcelona.

Diputació de Barcelona

16.00 h Experiències de bones pràctiques en esdeveniments esportius en espais naturals.

Federació Catalana de Ciclisme (BTT), Federació Catalana de Piragüisme, Federació Catalana de Rem i Federació Catalana de Triatló.

17.00 h Presentació de bones pràctiques de sensibilització i educació ambiental en esdeveniments esportius a l'Estany de Banyoles.

Projecte "Naturalment, esport a l'Estany".

17.30 h Debat

18.00 h Final de la jornada

Organitzen:



Amè el suport de:



Hi col·laboren:



Hi participen:



ESDEVENIMENTS ESPORTIUS

7.- Creació d'un document de bones pràctiques de sensibilització i educació ambiental en esdeveniment esportius a l'Estany de Banyoles (per organitzadors/es)

8.- Creació d'un document de bones pràctiques de sensibilització i educació ambiental en esdeveniment esportius a l'Estany de Banyoles (per participants: consells)

Creació de **continguts** del material expositiu (per exposicions, plafons, fulletons , etc.)

ESDEVENIMENTS DE SENSIBILITZACIÓ I EDUCACIÓ AMBIENTAL

ESDEVENIMENTS DE SENSIBILITZACIÓ I EDUCACIÓ AMBIENTAL

9.- Creació d'un panell fix i d'un model de pancarta itinerant.

10.- Creació d'un espai d'interpretació sobre l'esport i l'espai natural de l'Estany de Banyoles.

11.- Elaboració d'un conte infantil de la col·lecció "En Blauet de l'Estany".

12.- Exposició del conte a les dues biblioteques de la comarca.

13.- Organització del Dia de l'Estany

PRACTICA ESPORT DE FORMA SOSTENIBLE A L'ESPAI NATURAL DE L'ESTANY DE BANYOLES



Valors naturals



L'Estany de Banyoles és un espai natural protegit. Presenta una gran diversitat de fauna i una vegetació singular, pròpia de zones humides.

Conforma el sistema lacustre càrstic més gran de la Península Ibèrica. Té el seu origen en l'enfonsament dels terrenys a causa de la dissolució dels guixos del subsòl i s'alimenta de les aigües subterrànies.



Esport

A l'Estany s'hi poden practicar esports de manera respectuosa amb l'entorn: el rem, el piragüisme, la natació, el triatló, el senderisme, el ciclisme, el BTT o l'atletisme, entre d'altres.

L'esport aporta molts beneficis i és una eina excel·lent per a transmetre valors, entre els quals, hi ha la conservació de la natura i el respecte pel medi ambient.

Recomanacions



Recorda que ets en un espai natural: practica esport respectant el paisatge, la vegetació i la fauna.



Llença les deixalles al contenidor corresponent.



No surtis de les zones autoritzades per a la pràctica esportiva.



Tingues cura en la neteja de botes i materials diversos per evitar l'expansió d'espècies exòtiques.



Compleix la normativa específica referent al teu esport.

Realitzat per:



Amb el suport de:



Amb la col·laboració de:



L'ESTANY ÉS UN ESPAI FRÀGIL, ENTRE TOTS L'HEM DE CONSERVAR PER CONTINUAR GAUDINT-NE.

Per a més informació: ltnos.org

9.- Creació d'un panell fix i d'un model de pancarta itinerant.

9.- Creació d'un panell fix i d'un model de pancarta itinerant.

L'ESPACI NATURAL DE L'ESTANY DE BANYOLES I L'ESPORT

Visió a l'entorn

L'Estany de Banyoles és un espai natural d'extraordinari valor ecològic i social.

- És un lloc natural que forma part d'un extens sistema càrstic alimentat subterràniament.
- Conté una vegetació aquàtica rica i diversa.
- L'habiten espècies animals emblemàtiques com la bicútrga, la tortuga d'estany o el bicent.
- És un dels valors ecològics li han valgut reconeixement i protecció internacional.

Patrimoni històric

S'hi troben importants vestigis històrics: un poblat neolític, una vil·la romana, un castell ibèric, les pesqueres...

- Tradicionalment, se n'han obtingut recursos com l'aigua, el travertí i la pesca.
- Confereix singularitat a Banyoles com a ciutat d'aigua gràcies als recs que la travessen.
- Ha estat i és font permanent d'inspiració artística.

Patrimoni cultural

Antigament, era considerat un lloc poc saludable.

- A finals del s. XIX, arran del primer balneari, atraiu pel Balneari de la Purda.
- Ara, és un destí turístic familiar centrat en la natura, l'esport i la cultura.

Esports

- És el primer esport practicat a l'Estany van ser el rem i la natació.
- Anys 1883: primera regata de rem.
- Anys 1925: creació del Club Natació Banyoles.
- Anys 1984: aprovació del Reglament d'usos de l'Estany. Es prohibeix l'ús nàutic i s'aposta per esports més sostenibles.
- Anys 1992: Subseu de rem dels Jocs Olímpics de Barcelona. Des d'aleshores, l'Estany esdevé un referent en el món del rem.
- Actualment, acull un gran nombre de proves esportives durant tot l'any.

FER ESPORT A LA NATURA

Esport i medi ambient

La natura és el marc ideal per a la pràctica esportiva i ofereix clars avantatges.

- Bona qualitat de l'aire.
- Variació de l'entorn visual.
- Piacer derivat de la contemplació del paisatge.
- Sensació de llibertat.
- Ambient relaxant.

L'esport és molt beneficiós per a la salut física i psicològica, i els efectes es multipliquen quan es practica en espais naturals.

- Millora l'autoestima i l'estat d'ànim.
- Augmenta l'energia i la vitalitat.
- Disminueix l'angoixa i l'estrès.
- Incrementa la capacitat de concentració.
- Ajuda a dormir millor.

En un espai natural protegit cal compatibilitzar les activitats humanes i la conservació del medi ambient. Els agents implicats han de consensuar unes bones pràctiques perquè l'esport esdevingui una activitat sostenible.

Els esports més habituals que es practiquen a l'Estany i al seu voltant són, entre d'altres: natació, rem, piragüisme, calapolo, duatló, triatló, soccerisme, ciclisme i BTT, atletisme, senderisme i pesca esportiva.

Normativa relacionada

- Reglament d'Activitats de l'Estany (RAE). Ajuntament de Banyoles.
- Normativa de pesca de l'Estany de Banyoles. Generalitat de Catalunya.

Reconeixements

- Pla d'Espais d'Interès Natural de la Generalitat de Catalunya
- Xarxa Natura 2000 de la Unió Europea
- Lloc Ramsar (Conveni de protecció de les zones humides en l'àmbit internacional)

Legenda:

- Zona de bany
- Zona de natació
- Zona de pesca
- Zona de rem
- Zona de senderisme
- Zona de BTT
- Zona de calapolo
- Zona de piragüisme
- Zona de triatló
- Zona de soccerisme
- Zona de senderisme
- Zona de pesca esportiva

ESPORT I CONSERVACIÓ DE L'ESTANY

L'Estany de Banyoles és un marc incomparable per a la pràctica de l'esport i a la celebració de competicions esportives. Podria ser modelic en l'aplicació de mesures i polítiques ambientals relacionades amb l'esport.

Esports i competicions respectuosos amb l'Estany

- Delimitar adequadament el camp de regates, la franja de natació i les zones de pesca.
- Concentrar el públic, serveis i participants en zones específiques ben delimitades.
- No interferir en zones ecològicament sensibles en època de cria (maig-juliol).
- Utilitzar infraestructures ben integrades a l'espai natural.
- Regular el nivell de soroll.
- Reducir i controlar els residus.
- Establir una estratègia mediambiental per a cada prova esportiva.
- Netejar i restaurar l'entorn el més aviat possible.
- Informar detalladament als usuaris de la normativa d'ús de l'espai natural.

Què pot fer l'esportista per l'Estany?

- No sortir de les vies indicades.
- No passar entremig de la vegetació.
- Embarcar i desembarcar només en els punts habilitats.
- No deixar residus enlloc, especialment ampolles de plàstic a les palanques.
- Desinfectar l'equipament esportiu per prevenir l'expansió d'espècies invasores.
- Pescar només als llocs permesos i amb els esquers adequats.
- Respectar la normativa.

SERVEIS ECOSISTÈMICS

Els serveis ecosistèmics són els beneficis directes o indirectes que les persones obtenim gràcies al funcionament dels ecosistemes. El seu valor econòmic seria incalculable.

Serveis ecosistèmics de l'Estany

L'espai natural de l'Estany contribueix directament al nostre benestar, aportant-nos diversos serveis ecosistèmics:

- Oferir recursos naturals, especialment aigua de boca.
- Permet regar els conreus a través de l'aigua dels recs.
- Reté aigua i, per tant mitiga l'efecte de les inundacions.
- Millora la qualitat de l'aire que respirem i contraresta la contaminació urbana.
- Actua com a reserva de biodiversitat.
- Fixa carbonat a través de la formació del travertí, atenuant l'efecte del canvi climàtic.
- Aporta beneficis per a la salut física i psicològica de les persones.
- Oferir un espai per al gaudi, la recreació i la socialització.
- És un recurs per a l'educació i la sensibilització ambiental i històrica.

Realitzat per:

Amb el suport de:

Amb la col·laboració de:

9.- Creació d'un panell fix i d'un model de pancarta itinerant.



10.- Creació d'un espai d'interpretació sobre l'esport i l'espai natural de l'Estany de Banyoles (Pesquera Agustí)





11.- Elaboració d'un conte infantil de la col.lecció "En Blauet de l'Estany".

12.- Exposició del conte a les dues biblioteques de la comarca.







I CONTES DE HORA

A TOC...
MEU...
ANIMA...
D'...MES...

Creu...
6-116



Contes de...

13.- Organització del Dia de l'Estany









PIN

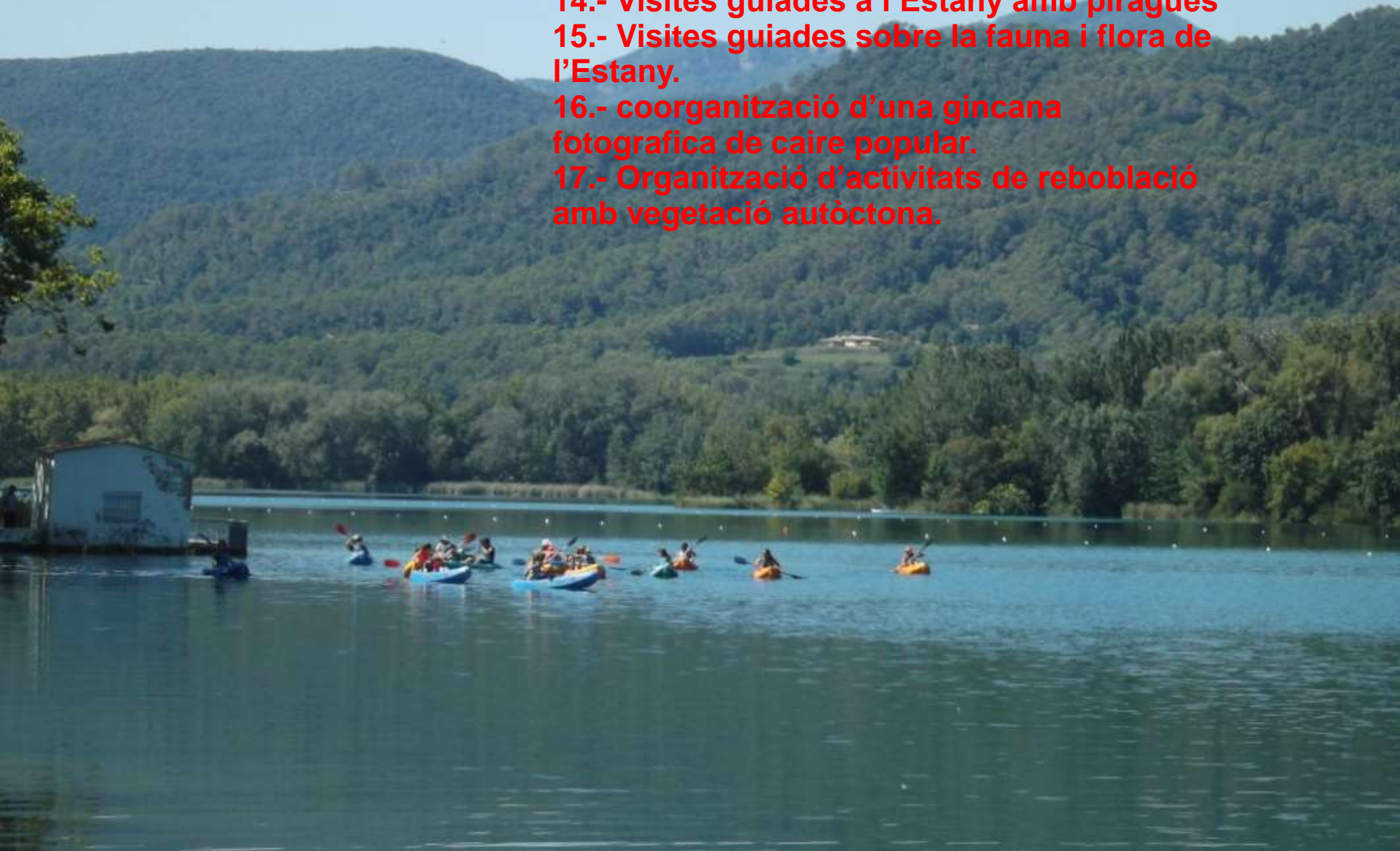
ESDEVENIMENTS NATURALISTICS

14.- Visites guiades a l'Estany amb piragues

15.- Visites guiades sobre la fauna i flora de l'Estany.

16.- coorganització d'una gincana fotogràfica de caire popular.








17.- Organització d'activitats de reboblació amb vegetació autòctona.





CONSELLS AMBIENTALS ADREÇATS ALS/LES PARTICIPANTS EN ELS ESDEVENIMENTS ESPORTIUS (ESPORTISTES)

L'Estany és un espai fràgil, entre tots l'hem de conservar per continuar gaudint-ne fent esport a la natura.

-  Recorda que estàs en un espai natural protegit: practica esport respectant el paisatge, la vegetació i la fauna.
-  Llença les deixalles al contenidor corresponent. No deixis residus enlloc, especialment ampolles de plàstic a les palanques.
-  No surtis de les zones autoritzades per a la pràctica esportiva. No passis entremig de la vegetació.
-  Embarca i desembarca només en els punts habilitats.
-  Tingues cura en la neteja de bots, equipament esportiu i materials diversos per evitar l'expansió d'espècies exòtiques.
-  Compleix la normativa específica referent al teu esport.
-  Pesca només als llocs permesos i amb els esquers adequats.

Adaptar els consells a cada esport.

“Briefings”

Reglaments i normatives esportives (a totes les proves)



PROPOSTA DE BONES PRÀCTIQUES DE SENSIBILITZACIÓ I EDUCACIÓ AMBIENTAL EN ESDEVENIMENTS ESPORTIUS A L'ESTANY DE BANYOLES.

Dirigit als agents organitzadors d'esdeveniments esportius a l'Estany de Banyoles.

1. Informar als/les esportistes, participants i acompanyants que es troben en un espai natural protegit.
2. Informar detalladament a l'organització i al voluntariat participants de la normativa d'ús de l'espai natural protegit.
3. Divulgar activament consells ambientals adreçats als/les esportistes dels esdeveniments esportius.
4. Incloure informació ambiental a les pàgines web d'inscripció de les proves esportives.
5. Informar, mitjançant les pàgines web d'inscripció de les proves esportives, sobre la possibilitat d'utilitzar els transports públics i els cobres compartits.
6. Fer arribar a tots/es els/les participants un correu electrònic amb informació ambiental sobre l'espai natural protegit.
7. Incloure als reglaments i a les normatives específiques de cada esdeveniment aspectes ambientals en forma de consell i/o en forma de norma.
8. Incloure informació ambiental a les reunions prèvies («briefings») dels esdeveniments esportius.
9. Incloure informació ambiental en la formació de l'organització i del voluntariat dels esdeveniments esportius.
10. Incloure informació ambiental entre els materials obsequiats als/les participants dels esdeveniments esportius.
11. Incloure informació ambiental i consells ambientals entre els continguts dels missatges dels «speaker» dels esdeveniments esportius.
12. Assegurar la presència d'informació ambiental en les zones de pràctica esportiva.

Presència xarxes socials

Briefing

Speaker

Normatives

Formació

Inscripcions



NATURALMENT ESPORT A L'ESTANY

INFRAESTRUCTURES I SENYALITZACIONS

13. Delimitar adequadament les zones de la pràctica esportiva durant els esdeveniments.
14. Concentrar els/les participants (esportistes i acompanyants) en zones específiques ben delimitades.
15. Utilitzar senyalitzacions (verticals) de materials reutilitzables i reciclables.
16. Fer ús de senyalitzacions (horitzontals) efímeres i no permanents.
17. No interferir en zones ecològicament sensibles en època de cria (maig-juliol).
18. Fer ús d'infraestructures ben integrades a l'espai natural i reutilitzables.
19. Treure les infraestructures i les senyalitzacions tan bon punt no es necessitin.
20. Netejar i restaurar l'entorn el més aviat possible.

GESTIÓ DELS RESIDUS

21. Regular el nivell de soroll, considerar l'orientació dels altaveus i no sobrepassar el nivell de soroll permès.
22. Reduir i controlar els residus.
23. Generar el mínim de residus i instal·lar contenidors degudament identificats per a la seva recollida i reciclatge.
24. Establir un control previ de residus entre els/les participants.
25. Establir zones de recollida de residus en els avituallaments.
26. Establir els avituallaments lluny de les zones més fràgils de l'espai natural protegit.
27. Incloure informació sobre l'ús racional i l'estalvi d'aigua en els serveis provisionals.

GESTIÓ AMBIENTAL

28. Establir una estratègia ambiental específica per a cada esport i per cada esdeveniment esportiu.
29. Crear una comissió ambiental per a cada esport i per cada esdeveniment esportiu.
30. Informar públicament de totes les mesures adoptades.



CIRCUIT DE CURSES POPULARS DEL PLA DE L'ESTANY

27 de novembre de 2016
X Marxa popular Ciutat de Banyoles

8 de desembre de 2016
XXI Cursa popular de Porquerès

18 de desembre de 2016
VIII Cursa atlètica Run-Run Vall del Terri

8 de gener de 2017
II Marxa solidària Serinya Mas Casadevall

5 de març de 2017
X Volta popular a l'Estany

Distància de 6 a 30 km - Dins dels 100 km - 3 categories sexes
Participació a partir de 16 anys

PREMI ESPECIAL PUIG-CLARA

PREMI "MÉS POPULAR"

 **CONSELLESPORTIU**
PLA DE L'ESTANY



www.ceplaestany.cat
Més informació al Consell Esportiu de Pla de l'Estany
T 977 58 13 44 - consellsportiu@ceplaestany.cat

Moltes gràcies!

Juanjo Butron

Tel. 654 893 848

info@limnos.org

jbutronm@gmail.com