



GUIA D'ENTITATS ESPORTIVES



Ajuntament de Lliçà d'Amunt

E S P O R T S



Presentació



L'esport és un element essencial en la nostra vida. Ens ajuda a desenvolupar la nostra mobilitat quan som petits, proporciona salut i benestar, afavoreix els lligams socials i és una bona opció per descobrir l'entorn.

Llíçà d'Amunt compta amb entitats que ofereixen diferents modalitats esportives, que acompanyen l'esportista des de les etapes de formació fins a la competició. També en trobaràs amb opcions d'esbarjo i activitats més relaxades.

Aquestes activitats també van acompanyades d'hàbits saludables que completen la formació dels infants i joves, potenciant valors com l'esforç, la superació, el sacrifici, entre d'altres. Des de l'Ajuntament creiem en l'esport com a transmissor d'aquests valors i la seva relació amb altres vincles de la societat com, per exemple, el coneixement del territori, el civisme, el treball en equip i el diàleg.

A Llíçà d'Amunt tenim la gran sort de comptar amb moltes entitats esportives i d'àmbits molt diversos. En aquesta guia trobareu amb detall tot el ventall d'entitats esportives, que de ben segur seran del vostre interès.

Ignasi Simón Ortoll
Alcalde

Llíçà d'Amunt, març de 2023

Índex de continguts

Guia d'entitats esportives

● Aeroclub R/C Vall del Tenes	4
● Amunt Club Ciclista	5
● Asociación Equitación Deportiva Can Janàs	6
● Associació Esportiva Grup 24 Hores	7
● Ateneu l'Aliança - Secció Tennis Taula	8
● BMX Vallès Club	9
● Club Atlètic Lliçà d'Amunt	10
● Club Bàsquet Lliçà d'Amunt	11
● Club Billar Lliçà d'Amunt	12
● Club Ciclista Lliçà d'Amunt	13
● Club de Coloms Esportius la Pineda del Vallès	14
● Club de Curling Sporting l'Olla - L'Aliança	15
● Club Esportiu Lliçà d'Amunt	16
● Club Esportiu Shorin-Ryu Karate Goshin-Do	17
● Club Futbol Sala Vall del Tenes	18
● Club Judo Lliçà d'Amunt	19
● Club Pati Lliçà d'Amunt	20
● Club Patinatge Artístic Lliçà d'Amunt	21
● Club Tennis i Pàdel Ca l'Artigues	22
● Club Tennis i Pàdel Serra Esport	23
● Club Rítmica Lliçà d'Amunt	24
● Unió Excursionista de Catalunya Vall del Tenes	25

Aeroclub R/C Vall del Tenes

ESPORT ● Aeromodelisme

ESPAI ESPORTIU ● Camp de vol Ca l'Amell Gros

HORARI ● Instal·lació disponible per a socis i sòcies en qualsevol horari diürn

DESCRIPCIÓ ● L'Aeroclub R/C Vall del Tenes és una entitat oberta a totes les persones aficionades al món del vol radiocomandat, que vulguin gaudir d'un espai a l'aire lliure per practicar aquest esport

CONTACTE, WEB I XARXES SOCIALS ● aeroclubvdt@gmail.com
● www.aeroclubvalldeltenes.es



Amunt Club Ciclista

ESPORT ● Ciclisme

ESPAI ESPORTIU ● Pumptrack de Paludàries
Carretera de Paludàries, s/n

HORARI ● Dimecres i divendres, de 18.30 a 20 h

DESCRIPCIÓ ● Activitats relacionades amb el ciclisme de muntanya amb l'objectiu de practicar i desenvolupar habilitats, capacitats i coneixements sobre aquest esport en un àmbit recreatiu i de competició

CONTACTE, WEB I XARXES SOCIALS ● clubciclista.amunt@gmail.com
● Instagram: @amuntcc
● Facebook: C.C. Amunt



Asociación Equitación Deportiva Can Janàs

ESPORT ● Equitació

ESPAI ESPORTIU ● Masia Can Janàs - Carrer de l'Empordà, s/n

HORARI ● De dimarts a diumenge, de 9.30 fins a les 19 h

DESCRIPCIÓ ● Equitació Can Janàs és una entitat dedicada en exclusiva al món del cavall. Homologada per la Real Federació Hípica Espanyola i per la Federació Catalana d'Hípica, amb una categoria de "2 estreps". Instal·lacions pensades pel benestar del cavall/poni i per un ensenyament de qualitat. L'entitat disposa dels millors professionals titulats: José María Muñoz (tècnic II) i África Ortiz (tècnica II, diplomada per la UAB en magisteri, jutgessa de doma clàssica i jutgessa de raid)

CONTACTE, WEB I XARXES SOCIALS ● <https://equitacioncanjanas.wixsite.com/canjanas>
● Instagram: @hipica_janas
● Facebook: Club Equitación Can Janàs



Associació esportiva

Grup 24 Hores

ESPORT ● Promoció del motociclisme

ESPAI ESPORTIU ● Circuit de Can Montcau

HORARI ● Primer cap de setmana de setembre de cada any, des de les 19 h del dissabte fins a les 19 h del diumenge

DESCRIPCIÓ ● El Grup 24 Hores organitza, gestiona i coordina les 24 Hores Internacionals de Resistència en Ciclomotors de la Vall del Tenes, el primer cap de setmana de setembre de cada any, amb un bon nombre d'activitats d'oci que acompanyen la cursa

CONTACTE, WEB I XARXES SOCIALS ● <https://24hores.cat/>
● Instagram: @24hvalldeltenes
● Facebook: 24Hores en ciclomotors de la Vall del Tenes
● Twitter: @24hvalldeltenes



Ateneu l'Aliança - Secció Tennis Taula

ESPORT ● Tennis de taula


ESPAI ESPORTIU ● Sala polivalent de l'Ateneu l'Aliança - Carrer de l'Aliança, 17

HORARI ● Dimarts, dimecres i dijous, de 20 a 21.30 h
● Caps de setmana, en funció de les competicions

DESCRIPCIÓ ● És un club de tennis de taula federat, format per dos equips inscrits a la FCTT i 15 persones federades

CONTACTE, WEB I XARXES SOCIALS ● <https://lalianca.cat/>
● Instagram: @ateneualianca
● Facebook: Ateneu l'Aliança
● Twitter: @ateneualianca



Tennis
Taula

Aliança Lliga

BMX Vallès Club

ESPORT ● Ciclisme en la modalitat de BMX

ESPAI ESPORTIU ● Circuit de BMX del Club de Tennis i Pàdel Ca l'Artigues
Carrer de la Ribera d'Ebre, 49

HORARI ● Dissabtes, de 10 a 12.30 h

DESCRIPCIÓ ● Entitat que fomenta i promociiona el BMX en edats d'iniciació i fins a nivells avançats

CONTACTE, WEB I XARXES SOCIALS ● Instagram: @bmx_valles_club
● Facebook: BMX Valles Club



Club Atlètic Lliçà d'Amunt

ESPORT ● Futbol 11

ESPAI ESPORTIU ● Camp de futbol municipal
Parc Esportiu del Tenes - Avinguda dels Països Catalans, s/n

HORARI ● Dimecres i divendres, de 21.15 a 22.45 h
● Caps de setmana, en funció de les competicions

DESCRIPCIÓ ● El Club Atlètic Lliçà d'Amunt és una entitat dedicada a la promoció del futbol 11 en categoria amateur

**CONTACTE, WEB I
XARXES SOCIALS** ● Instagram: @clubatleticllica



Club Bàsquet Lliçà d'Amunt

ESPORT ● Bàsquet i bàsquet 3x3

ESPAI ESPORTIU ● Pavelló d'Esports
Carrer de Jaume I, 30

HORARI ● Dilluns, dimecres i divendres, de 17 a 23 h
● Caps de setmana, en funció de les competicions

DESCRIPCIÓ ● El Club de Bàsquet ofereix formació esportiva per a infants i joves a partir de 3 anys i fins a categoria sènior. El bàsquet és un esport d'equip que aporta tot un seguit de valors esportius i humans. L'entitat compta també amb la modalitat de 3x3

CONTACTE, WEB I XARXES SOCIALS ● Instagram: @cbllicadamunt
● Facebook: CB Lliçà d'Amunt
● Twitter: @cbllicadamunt



Club Billar Lliçà d'Amunt

ESPORT ● Diverses modalitats de billar

ESPAI ESPORTIU ● Local del Club Billar
Carrer de Folch i Torres, 117

HORARI ● Local a disposició dels socis i sòcies. Horari flexible segons la disponibilitat

DESCRIPCIÓ ● El Club Billar Lliçà d'Amunt disposa de dues sales amb tres taules de billar per practicar, obertes a socis i sòcies, i persones aficionades. El club compta amb un equip de competició federat

CONTACTE, WEB I ● cbllicademunt@gmail.com

XARXES SOCIALS ● <https://entitats.cat/club-billar-llica-d-amunt>



Club Ciclista Lliçà d'Amunt

ESPORT ● Ciclisme en BTT, bicicleta de grava (*gravel*), enduro i carretera

ESPAI ESPORTIU ● Seu de l'entitat: Pavelló d'Esports
Carrer de Jaume I, 30
● Lloc habitual de trobada: Pinar de la Riera

HORARI ● Cap de setmana: dissabtes i diumenges al matí

DESCRIPCIÓ ● El Club Ciclista Lliçà d'Amunt és un club que agrupa gent aficionada del món del ciclisme en general, per fer sortides en bicicleta de qualsevol modalitat. L'objectiu principal de l'entitat és trobar-se, fer esport, millorar la salut i conèixer l'entorn natural del nostre poble i dels voltants. Per altra banda, també compta amb ciclistes que practiquen en competicions federades

**CONTACTE, WEB I
XARXES SOCIALS** ● Instagram: @ccllicamunt



Club Ciclista
Lliçà d'Amunt

Club de Coloms Esportius la Pineda del Vallès

ESPORT ● Colombicultura

ESPAI ESPORTIU ● Lloc de trobada: Pista “La bombonera” annexa al Camp de futbol municipal
Parc Esportiu del Tenes - Avinguda dels Països Catalans, s/n

HORARI ● Horari d’hivern: Dimecres i dissabtes, de 16 a 18 h
● Horari d’estiu: Dimecres i dissabtes, de 18 a 20 h

DESCRIPCIÓ ● La columbicultura és una activitat de cria i d’ensinistrament de coloms. El Club de Coloms Esportius la Pineda del Vallès es dedica a la vessant esportiva d’aquesta pràctica de vol a l’aire lliure

CONTACTE, WEB I XARXES SOCIALS ● carlosdeharofernandez@gmail.com



Club de Curling Sporting l'Olla - L'Aliança

ESPORT ● Curling

ESPAI ESPORTIU ● El Club de Curling Sporting l'Olla desenvolupa les activitats a pistes de gel de Puigcerdà i França principalment.

HORARI ● Caps de setmana, en funció de les competicions

DESCRIPCIÓ ● El curling és un esport que es desenvolupa en una pista de gel on cal una gran precisió en el llançament de les pedres i un acurat treball en equip per aconseguir guiar-les per sumar puntuació

CONTACTE, WEB I XARXES SOCIALS ● Instagram: @curlingsportinglolla
● Facebook: Club de Curling Sporting L'Olla



Club Esportiu Lliçà d'Amunt

ESPORT ● Futbol 7 i Futbol 11

ESPAI ESPORTIU ● Camp de futbol municipal
Parc esportiu del Tenes - Avinguda dels Països Catalans, s/n

HORARI ● De dilluns a divendres, de 17 a 21 h
● Caps de setmana, en funció de les competicions

DESCRIPCIÓ ● El principal objectiu com a club és la formació personal i esportiva dels nens i nenes, i garantir el seu aprenentatge amb les directrius més adients. El CE Lliçà d'Amunt representa els valors propis del futbol com l'esforç, el valor, el sacrifici, el compromís i l'esperit de superació i d'equip

CONTACTE, WEB I XARXES SOCIALS ● <https://www.cellicadamunt.com/>
● Instagram: @cellicadamunt
● Facebook: Club Esportiu Lliçà d'Amunt



Club Esportiu Shorin-Ryu Karate Goshin-Do

ESPORT ● Karate kyokushinkai

ESPAI ESPORTIU ● Escola Ryu
Carrer de Rafael Casanova, 25

HORARI ● De dilluns a divendres de 10 a 14 h i de 16 a 22 h

DESCRIPCIÓ ● L'entitat ofereix formació esportiva en la modalitat de karate kyokushinkai per a totes les edats, des d'iniciació fins a alta competició

CONTACTE, WEB I XARXES SOCIALS ● <https://escolaryu.webnode.es/>
● Facebook: Karate Kyokushinkai Escola Shorin-Ryu



Club Futbol Sala Vall del Tenes

ESPORT ● Futbol sala

ESPAI ESPORTIU ● Pavelló d'Esports
Carrer de Jaume I, 30

HORARI ● Dimarts i dijous, de 17 a 23 h
● Caps de setmana, en funció de les competicions

DESCRIPCIÓ ● El Club de Futbol Sala Vall del Tenes ofereix la formació de futbol sala amb monitors i monitores qualificats, promociona també l'esport femení i dona servei des de l'escola fins a sènior, en un ambient formatiu, competitiu i social

CONTACTE, WEB I XARXES SOCIALS ● Instagram: @fsllicadamunt
● Facebook: F.S. Liçà d'Amunt
● Twitter: @fsllicadamunt



Club Judo

Lliçà d'Amunt

ESPORT ● Judo

ESPAI ESPORTIU ● Pavelló de l'Institut Lliçà Av. dels Països Catalans, 26
Escola Rosa Oriol i Anguera (extraescolar)
Escola Els Picots (extraescolar) Pavelló de l'Institut Lliçà
Escola Miquel Martí i Pol (extraescolar)

HORARI ● Dimarts i dijous, de 17 a 19.30 h Pavelló de l'Institut Lliçà
Dilluns i dimecres, de 16.30 a 18 h Escola Rosa Oriol i Anguera
Dimarts i dijous, de 16.30 a 18 h Escola Miquel Martí i Pol

DESCRIPCIÓ ● L'entitat ofereix formació des d'infantil fins a adults. Els beneficis del judo són diversos: a nivell físic, força, coordinació, velocitat, resolució de problemes, potència, flexibilitat... i, nivell de valors, confiança, solidaritat, passió, respecte, superació, tolerància...

CONTACTE, WEB I XARXES SOCIALS ● judollissadamunt@gmail.com ● www.judollissadamunt.com
● @judollissa_



Club Patí Lliçà d'Amunt

ESPORT ● Patinatge en línia i de velocitat

ESPAI ESPORTIU ● Patinòdrom de Lliçà d'Amunt - Carrer d'Antoni Gaudí, 9

HORARI ● Dilluns, dimecres i divendres, de 18 a 20 h

DESCRIPCIÓ ● L'escola de patinatge inicia l'activitat a partir dels 4 anys i sense límit d'edat, on es pot aprendre a patinar, girar, saltar i a gaudir dels patins en qualsevol àmbit sense perill. L'entitat disposa d'entrenadors i entrenadores d'alt nivell i experiència, que ensenyen a millorar i perfeccionar la manera de patinar en un ambient familiar, on es treballen valors com la cooperació, el respecte i la tolerància, entre d'altres. El club disposa de material propi per iniciar-se en el patinatge

CONTACTE, WEB I XARXES SOCIALS ● Instagram: @clubpatillicadam
● Facebook: Club Patí Lliçà d'Amunt
● Twitter: @patilldamunt



Club Patinatge Artístic Lliçà d'Amunt

ESPORT ● Patinatge artístic sobre rodes

ESPAI ESPORTIU ● Pista exterior coberta del Pavelló d'Esports
Carrer de Jaume I, 30

HORARI ● Horari de tarda, a partir de les 17 h

DESCRIPCIÓ ● El patinatge sobre rodes és una disciplina esportiva de lliscament en què els participants fan figures, salts, piruetes i altres exercicis tècnics amb patins sobre rodes. Requereix una bona preparació física i una gran capacitat de concentració

CONTACTE, WEB I XARXES SOCIALS ● Facebook: Club Patinatge Artístic Lliçà d'Amunt
● Twitter: @cpllissaamunt



Club de Tennis i Pàdel Ca l'Artigues

ESPORT ● Tennis i pàdel

ESPAI ESPORTIU ● Instal·lacions esportives del Club de Tennis i Pàdel Ca l'Artigues
Carrer de la Ribera d'Ebre, 56

HORARI ● De dilluns a diumenge, de 9 a 21 h

DESCRIPCIÓ ● Club especialitzat en escola de tennis i pàdel per a totes les edats i nivells. Escola infantil i juvenil: Baby tennis, tennis i pàdel d'iniciació. Tennis i pàdel de perfeccionament i tennis de competició. Escola d'adults: iniciació i perfeccionament

CONTACTE, WEB I XARXES SOCIALS ● Instagram: @calartigues
● Facebook: Club de Tennis Ca l'Artigues



CLUB DE TENNIS I PADEL
CA L'ARTIGUES
ADV Tennis Pàdel

Club de Tennis i Pàdel Serra Esport

ESPORT ● Tennis i pàdel

ESPAI ESPORTIU ● Instal·lacions esportives Serra Esport
Carrer de Josep Llimona, 51

HORARI ● De dilluns a diumenge, de 9 h a 21 h

DESCRIPCIÓ ● Club especialitzat en escola de tennis i pàdel per a totes les edats i nivells. Escola infantil i juvenil: Baby tennis, tennis i pàdel d'iniciació. Tennis i pàdel de perfeccionament i tennis de competició. Escola d'adults: iniciació i perfeccionament

CONTACTE, WEB I XARXES SOCIALS ● Instagram: @serraesport
● Facebook: CTP Serra Esport



Club Rítmica Lliçà d'Amunt

ESPORT ● Gimnàstica rítmica

ESPAI ESPORTIU ● Pavelló de l'Institut Lliçà
Avinguda dels Països Catalans, 26

HORARI ● De 17 h a 20 h (dies a definir depenent del grup)

DESCRIPCIÓ ● La gimnàstica rítmica combina elements de ballet, gimnàstica i dansa. Per desenvolupar aquesta disciplina es treballen aspectes com la preparació física, la tècnica corporal, la flexibilitat, l'expressió corporal, les acrobàcies i la tècnica d'aparells.

CONTACTE, WEB I ● ritmicallicadamunt@gmail.com

XARXES SOCIALS ● Instagram: [@ritmicallicadamunt](https://www.instagram.com/ritmicallicadamunt)



Unió Excursionista de Catalunya Vall del Tenes

ESPORT ● Excursionisme, senderisme, marxa nòrdica, escalada esportiva, alpinisme, esquí de muntanya, descens d'engorjats, curses de muntanya, raids d'esports de muntanya, raquetes de neu i BTT

ESPAI ESPORTIU ● Seu de l'entitat - Carrer de Barcelona, 25 - 1r

HORARI ● Dijous, de 20.30 a 22 h

DESCRIPCIÓ ● L'entitat està oberta a tota persona interessada a practicar qualsevol de les modalitats d'esports de muntanya. Organitza i participa en tot tipus d'esdeveniments relacionats amb la pràctica i difusió d'aquests esports

CONTACTE, WEB I XARXES SOCIALS

- tenes@gmail.com
- <http://www.uecvalltenes.com/>
- Instagram: @uecvalltenes
- Facebook: UEC Vall del Tenes



GUIA D'ENTITATS ESPORTIVES