



3^{er} CAMPAMENTO

URBAN



RUGBY & AVENTURA



FECHAS







del 24 al 28 de junio

DÓNDE

INSTALACIÓN MULTIAVENTURA LA ROCA E
INSTALACIONES ISLA DOS AGUAS (PALENCIA)

HORARIO

 **9 HORAS SALIDA IFA FRENTE A HIPERCOR
AV. SALAMANCA 18, ARROYO**

-  10:00 a 13:00 horas: Entrenamiento específico rugby en campo.
-  13.30 A 14.30 horas: Actividades de agua en La Roca
-  14:30 a 15:30 horas: Comida (1º, 2º, agua y postre) y tiempo libre
-  15:30 a 16:00: Taller
-  16:00 a 18:30: 2 actividades por día: escalada, tirolinas, arco, rapel, espeleología, rapel, piraguas, psicobloc o barranquismo
-  18:30 a 19:00: Merienda (bocadillo y zumo) y vuelta a la calma

19.45 HORAS LLEGADA IFA FRENTE A HIPERCOR 



**3 HORAS DE
RUGBY CON
JUGADORES
DEL PRIMER
EQUIPO**



**ACTIVIDADES
DE
AVENTURA
Y AGUA EN**



PRECIO

Canterano: 215€/ participante
(a partir de 2º hermano/ 200 €)
No canterano: 250 €/ participante
(a partir de 2º hermano/ 235 €)
Incluye desplazamientos diarios, camiseta del
campamento, comida y merienda y actividades

**PARA NIÑOS Y NIÑAS
DE 5 A 14 AÑOS**

30 PARTICIPANTES MÍNIMO



¡Hola familias!

¡Qué poco falta para vernos de nuevo!

Queremos agradecer tanto a las familias como al club, vuestra confianza en la Fundación Eusebio Sacristán. Como sabéis este campamento fue la primera actividad que surgió de la sinergia entre ambas fundaciones y este año repetimos por tercera vez, además de haber hecho otras cosas juntos.

A quienes llegáis nuevos a este campamento... os invitamos a conocernos en nuestra [WEB](#)

Al lío!

El 'jefe' del campamento será...

Diego Conde. Monitor de la Fundación Eusebio Sacristán, integrador social y Técnico superior en enseñanza y animación socio deportiva con gran experiencia, será la persona encargada de recibir y entregar a los niños en el bus, viajará con ellos y será el enlace principal familias/campamento.

Se comunicará con vosotros **vía whastapp** generalmente, mediante listas de difusión los aspectos generales, y mediante mensajes privados los aspectos individuales; a él hay que contarle también por mensaje escrito de whatsapp cualquier cosa relacionada con vuestros hijos como ausencias (para que no espere el bus), cambios en la persona de recogida...o cualquier cosa que creáis que debe saber.

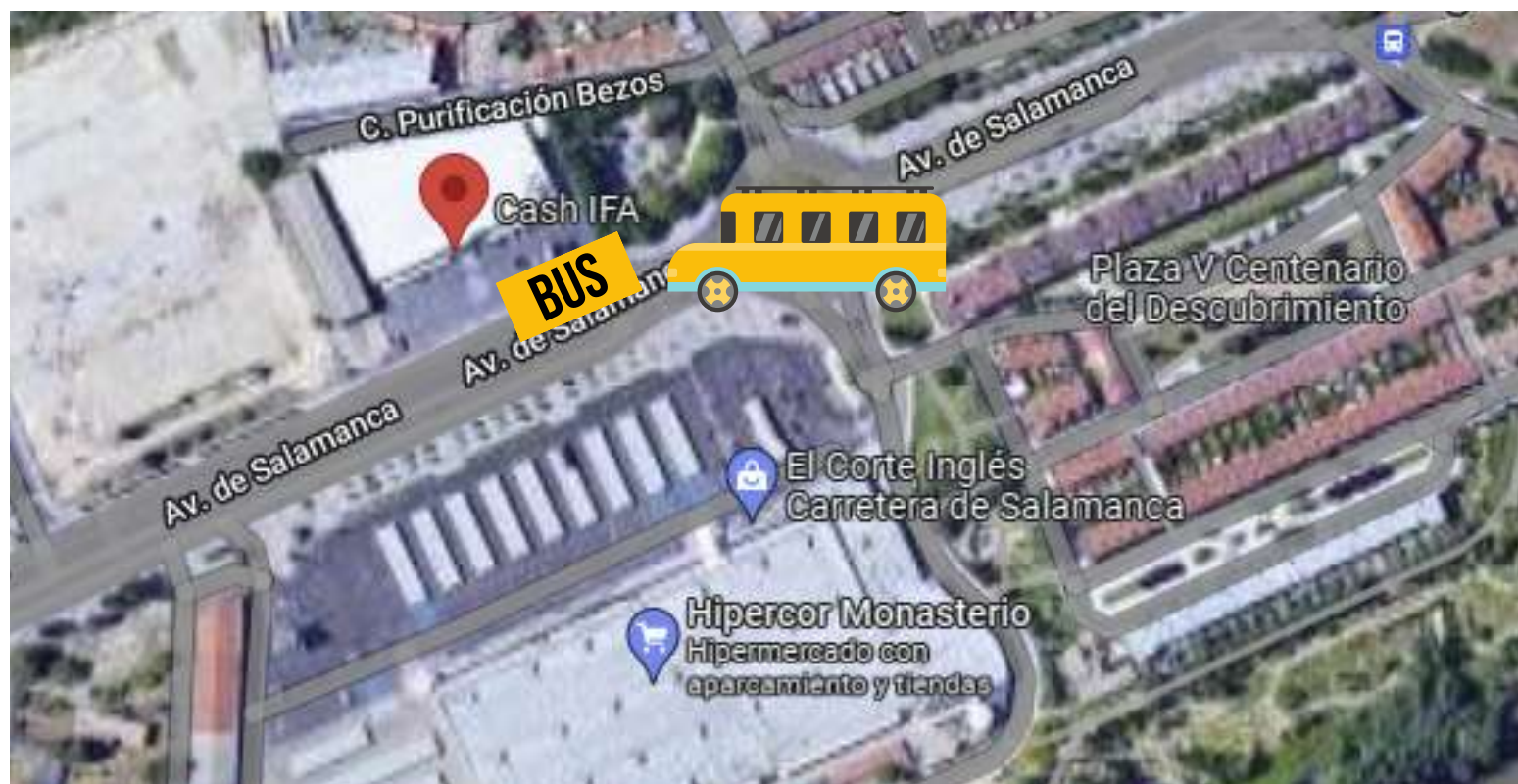
El número de **teléfono** es **614 356 208** (Operativo desde el lunes 17 de junio hasta el domingo 30 de de junio)



Salida y llegada

Salida (9 horas) y llegada (19.45 horas)

Frente a **CASH IFA** (salida habitual para los viajes del club), Avenida de Salamanca Frente Hipercor.



En el bus...

No se puede comer ni beber.

Importante...

Se **rueda máxima puntualidad** por vuestra parte en ambos momentos, tanto en la entrega a las 9 como en la recogida por la tarde.

La **recomendación general** es que los niños **NO** lleven **móvil**; durante la actividad **NO** lo podrán utilizar, pero entendemos que no podemos prohibirlo durante los trayectos. Si lo llevan **sólo lo podrán utilizar en el bus**, y **NUNCA** para comunicaros con el responsable del campamento, algo que siempre deberéis hacer vía teléfono 'oficial', ni para difundir imágenes de compañeros o monitores.

Es importante que sepáis que ni la Fundación Eusebio Sacristán ni el Club de Rugby El Salvador ni su Fundación se harán responsables de los objetos de valor que lleven vuestros hijos al campamento. ¿Lo mejor? Nada de valor.

Horario



**9 HORAS SALIDA IFA FRENTE A HIPERCOR
AV. SALAMANCA 18, ARROYO**



10:00 a 13:00 horas: Entrenamiento específico rugby en campo.



13.30 A 14.30 horas: Actividades de agua en La Roca



14:30 a 15:30 horas: Comida (1º, 2º, agua y postre) y tiempo libre



15:30 a 16:00: Taller



16:00 a 18:30: 2 actividades por día: escalada, tirolinas, arco, rapel,
espeleología, rapel, piraguas, psicobloc o barranquismo



18:30 a 19:00: Merienda (bocadillo y zumo) y vuelta a la calma




19.45 HORAS: LLEGADA IFA FRENTE A HIPERCOR

El tiempo de rugby

Las sesiones estarán dirigidas por jugadores del equipo de DH. **El campo en el que se hará esta actividad es ISLA DOS AGUAS en Palencia.**

La actividad de este campamento NO es actividad de alto rendimiento, ni de tecnificación; cualquier niño aunque nunca haya jugado al rugby podrá integrarse sin problema. La mañana de rugby se dividirá en dos partes, la primera un poco más técnica pero sin contacto, la segunda con juegos en equipo, separadas por una parada para el almuerzo (que deberán llevar los niños, lo más saludable posible, aunque el Club tendrá fruta para ellos).

 Los niños deberán llevar la **ropa de entrenamiento habitual**, aunque el primer día se les entregará una camiseta que deberán llevar por lo menos el primer y el último día. Los niños que van las dos semanas recibirán dos, una por semana. Como calzado la **bota multitaco** que usen habitualmente (el campo es de hierba artificial), y en ningún caso con taco de aluminio.



Las comidas

La empresa encargada de elaborar los catering es Scas, que se encarga de los menús en un gran número de centros escolares.

El menú de la comida estará compuesto por un primer plato de verdura o pasta, un segundo de carne o pescado y un postre que será fruta o yogurt, pan y agua.

Para merendar se entregará a los niños un bocadillo y una bebida.

Los menús están configurados teniendo en cuenta la edad y el desgaste de los niños, y sólo se atenderá a menús especiales (alergias, intolerancias...) con un justificante médico que las acredite y que deberéis enviarnos cuanto antes a Diego Conde

Justo antes de cada semana se os hará llegar la tabla de menú para que podáis equilibrar las cenas. Tanto la comida como la merienda se entregará individualmente a cada niño.

Los niños pueden llevar su almuerzo, lo más saludable posible (bocadillo salado, fruta...) y deberán llevar agua, preferiblemente en botella térmica o similar que podrán rellenar a medida que lo necesiten.



Hola soy
Roki Monki,
la mascota
de
La Roca

La Roca

El traslado entre el campo de rugby y La Roca se hará en autocar, aunque la distancia no es grande.

La Roca es una instalación multiaventura de más de 10.000 metros en los que se levanta una gran roca de cemento proyectado que simula a la perfección el medio natural pero sin ningún riesgo, rodeada por dos vasos de agua, el lago de 80 cm de profundidad y la poza de buceo y psicobloc (escalada horizontal con caída al agua) de 3 metros de profundidad. Podéis conocerla un poco más (escalada horizontal con caída al agua) de 3 metros de profundidad. Podéis conocerla un poco más [AQUÍ](#). Su responsable es Borja Rodríguez.

¿Qué pasa si mi hijo no sabe nadar? Es algo que os preocupa, lógicamente. No pasa nada, porque harán las actividades de agua en el lago. EL PRIMER DÍA, NADA MÁS LLEGAR A LA ROCA, LOS MONITORES HACEN UNA PRUEBA DE NADO A TODOS LOS NIÑOS. SI NO TIENEN GARANTÍAS SUFICIENTES DE QUE SABEN NADAR, NO LES DEJARÁN ENTRAR EN EL VASO EN EL QUE NO HACEN PIE. En La Roca hay chalecos, pero los niños también pueden llevar manguitos o su propio chaleco si lo preferís.

En La Roca lo más importante es la seguridad. Desde el año 2014, cuando la Fundación asumió la gestión de esta instalación propiedad de la Junta de Castilla y León, han pasado por ella unas 20.000 personas al año. El resultado es de 0 accidentes. Por eso en La Roca es **IMPRESINDIBLE** respetar las normas que explican los monitores y tener un buen comportamiento.

Cada día los niños harán dos actividades de aventura, por las tardes, en total 2 horas y media. El resto del tiempo lo emplearán en talleres (media hora después de comer) y en algo de tiempo libre y en juegos en el agua (1 hora antes de comer).

Los niños deben llevar ropa deportiva de cambio (diferente a la de rugby, pantalón, camiseta, calcetín y deportivas) y bañador, toalla y calzado de agua sujeto al pie (**NO CHANCLAS DE DEDO**), bolsa para meter el bañador húmedo y una gorra





Lista para hacer la mochila cada día

- ROPA DEPORTIVA DE CAMBIO (CAMISETA, PANTALÓN, CALCETINES Y DEPORTIVAS) Y BOLSA PARA METER LA ROPA DE RUGBY USADA
- ALMUERZO SALUDABLE
- BOTELLA DE AGUA llena PARA PODER RELLENAR a medida que se acabe, a ser posible termo o similar.
- ¡¡¡CREMA SOLAR!!!
- BAÑADOR, ESCARPINES O CALZADO DE AGUA SUJETO AL PIE (NO CHANCLAS), TOALLA Y BOLSA PARA METER LA ROPA HÚMEDA.
- MANGUITOS O CHALECO OPCIONAL SI EL NIÑO NO SABE NADAR

MÓVILES Y DISPOSITIVOS ELECTRÓNICOS PREFERENTEMENTE NO/ TODO IDENTIFICADO CON NOMBRE

Si no te has inscrito... aún tienes unos días para hacerlo.

Aquí tienes el enlace al formulario con las instrucciones de pago

¿Nos vemos en La Roca?