



### CAMPAMENTO MULTIDEPORTIVO E MULTIAVENTURA (MONDARIZ-BALNEARIO)

**DATOS XERAIS:** O campamento está situado no val do Tea no municipio de Mondariz-Balneario, nas instalacións do complexo Cemar nun espazo natural con piscina, pistas deportivas e club hípico.

**ACCESOS:** km 7 da estrada de Pontearreas a Mondariz-Balneario

<https://g.page/cemarhotel?share>

**ENDEREZO:** Concello Mondariz-Balneario

QUENDA	ANOS NACEMENTO	DESCRICIÓN DAS ACTIVIDADES
2-9 de xullo	05-06-07-08-09	<b>MULTIAVENTURA</b> Neste campamento desenvolveranse actividades de valor lúdico, coa finalidade de vivir unha experiencia divertida e inesquecible, poñendo en valor a contorna e contribuíndo o crecemento persoal, mediante unha programación variada, fundamentada na realización de actividades de equitación, rocódromo, tirolina, rutas en bicicleta, barranquismo, paintball, natación, waterpolo, aquagym...
11-18 xullo	05-06-07-08-09	
20-27 xullo	05-06-07-08-09	<b>NOTA:</b> Para ser admitido neste campamento <b>é necesario saber nadar.</b>
Do 29 de xullo ao 5 de agosto	10-11-12-13-14	<b>MULTIDEPORTE</b> As actividades deste campamento teñen como obxectivo educar a través de valores como a amizade e o traballo en equipo fomentando a diversidade cunha programación na que se inclúe parque de cordas, ponte tibetana, sendeirismo e orientación, tiro con arco, obradoiros, natación, waterpolo, aquagym...
7-14 agosto	10-11-12-13-14	
16-23 agosto	10-11-12-13-14	<b>NOTA:</b> Para ser admitido neste campamento <b>é necesario saber nadar.</b>

#### NORMAS XERAIS:

1. As persoas participantes estarán atendidas permanentemente por persoal titulado e especializado na organización e no desenvolvemento das actividades de tempo libre.
2. Ningunha persoa participante poderá abandonar o centro sen autorización expresa do/a director/a da actividade, e sempre acompañado por un **adulto autorizado (persoa que asinou os papeis de inscrición)**; no caso de non poder estar presente este, a persoa que efectúe a recollida deberá achegar a fotocopia do DNI de quen autoriza (persoa que asinou os papeis de inscrición) e do autorizado, así como o impreso de autorización que lles será facilitado o día da recepción.
3. **Prégase non facer visitas de non ser necesario**, coa fin de non interferir no desenvolvemento das actividades e limitar ao mínimo imprescindible a entrada de persoas alleas á instalación.
4. Para poder falar coas persoas participantes o horario será o establecido polo equipo directivo, do que se dará información na reunión de recepción. Nese horario, os/as rapaces/zas disporán dos seus móbiles se os traen ou ben poderase chamar ao teléfono que sexa indicado na reunión de recepción.



5. O centro conta con atención sanitaria. As persoas participantes deberán levar as **tarxetas sanitarias orixinais** (ou seguro médico, MUFACE ou similar, e o talonario de receitas).

O día da incorporación deberanse comunicar ao persoal técnico da actividade os medicamentos, en caso de tratamento específico, que estean a tomar; así como as alerxias, doenzas, ou calquera outra incidencia que se considere de interese e levarase a declaración de saúde (anexo VI) actualizada, de ser necesario.

6. Recoméndase que non leven obxectos de valor, nin grandes sumas de diñeiro.

Prevese a organización dun banco de cartos e móbiles onde os participantes poderán depositar os seus cartos e tamén os teléfonos, (recoméndase poñer un adhesivo co seu nome tanto no teléfono coma no cargador e, no caso de ser necesario, unha lista cos números de teléfono e o PIN, se non se sabe de memoria). Os teléfonos entregaranse apagados.

7. Recoméndase levar a roupa marcada coas iniciais.

8. Nesta web, no apartado "Documentación para presentar (fase de adxudicación)" están dispoñibles os modelos de documentos (cuestionario de saúde e autonomía persoal e declaración de saber nadar (anexo VI), declaración sobre a autorización de imaxes (anexo VII), modelo de autorización para recollida do/a menor e outra información de interese.

## **INCORPORACIÓN E RECOLLIDA DAS PERSOAS PARTICIPANTES**

- A **incorporación** realizarase o día do inicio da quenda correspondente, entre as **10.00 e as 13.00 horas** no centro Cemar.

Para comunicar calquera incidencia en relación coa incorporación poden contactar co teléfono **696392829** durante os **tres días anteriores á incorporación** ao campamento.

- O día de **remate da quenda**, a **recollida das persoas participantes** deberá facerse entre as 12:00 e as 14:00 na mesma instalación.

### **MATERIAL NECESARIO**

- Toallas de aseo e de praia
- Bolsa para a roupa sucia. Non se poderá lavar ningún tipo de prenda na instalación.
- Chaleco reflector
- Útiles de aseo
- Saco de durmir
- Crema protectora solar
- Traxes de baño
- Gorra ou viseira
- Camisetas
- Pantalóns curtos ou bermudas
- Mochila pequena de asa ancha para saídas
- Roupa interior suficiente para todos os días da quenda

### **MATERIAL RECOMENDABLE**

A maiores, é aconsellable levar:

- Cantimplora
- Sandalias pechadas con velcro
- Repelente para os mosquitos
- Vestimenta deportiva e de abrigo: chándal, pantalóns, suadoiros ou forro polar...
- Calzado deportivo que sirva en caso de choiva
- Chuvasqueiro
- Lanterna
- Bolígrafo e caderno



**O horario básico da quenda será o seguinte:**

08.30 h	Erguerse, aseo persoal, vestimenta axeitada e amaño de dormitorios
09.00 h	Almorzo
09.30 h	Activa-T (desprazamento, de ser o caso).
10.00 h	Actividades de mañá (con interrupción para un refrixerio)
13.50 h	Remate das actividades de mañá, recollida, desinfección do material e aseo
14.10 h	Xantar
15.00 h	Aseo
15.10 h	Tempo libre xestionado e preparación actividades da tarde (desprazamento, de ser o caso)
16.00 h	Actividades de tarde (con interrupción para merendar)
19.50 h	Remate das actividades de tarde, desinfección do material e recollida
20.10 h	Ducha, tempo libre xestionado
21.00 h	Cea
21.30 h	Tempo libre xestionado
22.20 h	Velada
23.30 h	Deitarse.