



## INFORMACIÓN A FAMILIAS Y PARTICIPANTES EN LA CAMPAÑA DE VERANO 2023.

### CAMPAMENTO 6 NÁUTICO EN EL BIERZO (Camping San Fiz do Seo, Trabadelo)

**SALIDA:** el domingo 16 de julio, a las 10:00 horas, primer día de actividad, Salida con transporte del "Aparcamiento Gaspar Morocho" (frente al Centro Integrado de Formación Profesional). Calle Profesor Gaspar Morocho s/n. <https://maps.app.goo.gl/5ZBrWbXK3mzeqMJ69> . Rogamos llegar con 15 minutos de antelación para facilitar al coordinador/a la información, documentos o medicación necesarias.

Posibles paradas intermedias que deben señalarse en la ampliación de información para la campaña de verano: (LAS ESTABLECE JUVENTUD)

- **LA VIRGEN DEL CAMINO, 10:15 hs**, Santuario.
- **HOSPITAL DE ÓRBIGO, 10:40 hs**, RESTAURANTE CANGURO. Según circulación.
- **ASTORGA, 11:00 hs**, Estación de autobuses.
- **BEMBIBRE, 11:35 hs**, Aparcamiento Piscinas de Verano, Calle Arroyo Quiñones.
- **PONFERRADA, 12:00 hs**, HOTEL-RESTAURANTE NOVO, Sentido de la circulación.
- **INSTALACIÓN, 12:30 hs**.

**REGRESO:** el sábado 22 de julio a las 17:10 en el mismo lugar de salida.

Paradas intermedias:

- **PONFERRADA, 15:00 hs**.
- **BEMBIBRE, 15:25 hs**, Aparcamiento Piscinas de Verano, Calle Arroyo Quiñones
- **ASTORGA, 16:00 hs**, Estación de autobuses.
- **HOSPITAL DE ÓRBIGO, 16:20 hs**, RESTAURANTE CANGURO. Según circulación.
- **LA VIRGEN DEL CAMINO, 16:55 hs**, Santuario.
- **LEÓN, 17:10 hs**.

**EMPRESA DE TRANSPORTE:** Autocares Morales

### **MATERIAL DEL PARTICIPANTE:**

Se recomienda que los participantes vayan provistos del siguiente material:

#### Imprescindible:

- **Saco de dormir.**
- Pañuelos de papel.
- Toalla de aseo y de piscina, bolsa de aseo/material de aseo personal.
- Ropa de abrigo (forro polar) y chubasquero.
- Ropa interior y calcetines, una muda por día.
- Camisetas de manga corta.
- Sudadera.
- Pantalones largos y cortos
- Gorra/ Visera y gafas de sol.
- Mochila pequeña y cómoda (no de cordón) para los días de ruta.
- Zapatillas de trekking o similar y otro par de calzado deportivo.
- Ropa para las actividades náuticas (bañadores, chanclas o sandalias de goma, camiseta de licra, si tiene). Importante protector solar de alta protección.
- Cantimplora o botella de refresco vacía (1 litro).
- Linterna y pila nueva para alguna velada o juego nocturno.

#### Recomendable

- Bolsas de tela o plástico (para meter ropa sucia y/o mojada).

#### Lo que no debo llevar



- **DESCONEXIÓN DIGITAL:** no se puede asistir con teléfonos móviles, tablets, smartwatch, cámaras, etc.
- Cantidades desproporcionadas de dinero, con un 10% del importe de la cuota es suficiente.
- Joyas y objetos valiosos como video juegos, aparatos electrónicos, teléfonos móviles, etc.
- Comida y/o refrescos (chucherías, chokolatinas, galletitas, etc.).
- Medicinas: Se dispone de botiquín para primeros auxilios. Si su hijo/a tiene alguna medicación, entréguesela al monitor/a con los horarios de tomas y dosificación.

### **EMPRESA ADJUDICATARIA:**

**Arco, Formación, Animación y Juventud SL**, teléfono de atención al público 621040878 / 657836437.

El equipo de monitores dispone de un teléfono móvil de contacto (657836437) al que podrán llamar en horario de tarde de 20 a 21 horas para contactar con sus hijos/as; y, que servirá de teléfono de urgencias (24 h) para utilizar sólo en caso de necesidad.

### **INSTALACIONES Y CONTACTO:**

El albergue se encuentra situado en la localidad de San Fiz Do Seo (Trabadelo), N-VI, Km 417, 24523 Trabadelo (León) en pleno camino de Santiago. Su ubicación a 27 km de Ponferrada y a las puertas de la A6, lo sitúa en un enclave perfecto para disfrutar de este espectacular paraje en la zona baja de los Ancares.

Las instalaciones están inmersas en un lugar idílico, inmerso en un robledal, a los pies del Rio Barjas (con acceso propio del camping), rodeados de montañas, de verdes prados, de naturaleza, de paz. Consta de una superficie de 20.000 m2 vallada dar seguridad a la estancia de los más pequeños.

El complejo ofrece las siguientes instalaciones:

- 6 bungalows o cabañas de piedra, 2 con capacidad para 5 personas, 3 con capacidad para 6 personas y 1 con capacidad para 9 personas, todas disponen de baño privado. 104 plazas homologadas.
- Albergue totalmente nuevo, recientemente restaurado con 3 amplias habitaciones de 4 a 9 plazas, cada habitación con baño propio en su interior.
- Zona de acampada para caravanas y autocaravanas con punto de luz y agua.
- Zona de acampada libre (sin punto de luz y agua).
- Pabellón con duchas, baños, lavabos, fregaderos de platos....
- 20.000 metros cuadrados de parcela para correr, saltar, caminar, hacer gimkanas y juegos, etc. Esta parcela está ubicada en plena naturaleza, rodeada de senderos, de preciosos robles, de fornidos castaños, del relajante sonido del río, de lugares donde RESPIRAR HONDO y DISFRUTAR DE LA NATURALEZA.
- Zona de juego exterior para los niños, juegos de pelota, camas elásticas, rocódromo, campo de paintball-láser combat, etc.
- Baño para minusválidos.
- Cafetería-restaurante con amplio salón para desayunos, comidas y cenas.
- Terraza exterior para servicio de comidas, restaurante y cafetería.
- Salón social con cocina, zona de sofás y mesas para resguardarse si llueve, con fútbolín.
- Zona de lavandería (lavadora y secadora).
- Acceso a pequeña playa fluvial del río Barjas.
- Cocina propia, donde elaboramos menús caseros.
- Teléfono fijo.
- Botiquín y medidas anti incendios.
- 2 rutas de senderismo señalizadas con salida y llegada en el camping.





**TELÉFONO 24 HORAS (para urgencias durante la actividad): 657836437**

**DOCUMENTACIÓN NECESARIA:**

- Ficha de inscripción firmada.
- Tarjeta de la Seguridad Social u otro tipo de seguro médico.
- DNI o pasaporte.

**CRONOGRAMA DEFINITIVO:**

	Domingo 16 julio	Lunes 17 julio	Martes 18 julio	Miércoles 19 julio	Jueves 20 julio	Viernes 21 julio	Sábado 22 julio
Mañana 1	Llegada al albergue, reparto de habitaciones, deshacer maletas, juegos de presentación. Taller de fomento de uso de las energías renovables, reciclado de productos y el uso de envases reutilizables. *	Mañana en el pantano: piraguas, paddle surf, iniciación a la técnica de vuelo de cometas	Ruta de senderismo con interpretación medioambiental	Gymkhana fotográfica y descubierta	Mañana en el pantano: piraguas, paddle surf, iniciación a la técnica de vuelo de cometas	Juegos Autóctonos leoneses	Olimpiadas deportivas
Mañana 2						Taller de Cocina ARCOCHEF	
Tarde 1	Escalada y tiroлина	Humor amarillo y parque de obstáculos	Piscina fluvial	Gymkhana acuática	Visita a Ponferrada	Piscina fluvial	Vuelta a León
Tarde 2		Orientación y rastreo, con manejo de brújula por el pueblo	Show de los records	Taller de reciclaje		Feria temática	
Noche	Velada	Velada	Velada	Velada	Velada	Velada	

\* Taller de fomento de uso de las energías renovables, el reciclado de productos y el uso de envases reutilizables. El primer día se hará un taller sobre el fomento del uso de energía renovable, el reciclado de productos y el uso de envases reutilizables, para que, a lo largo de todo el campamento cumplan las propuestas para reciclar productos, utilizar envases reciclables y utilizar las energías renovables mediante pequeñas acciones diarias que serán plasmadas en un cartel. Así, al final del campamento serán conscientes de las cosas que pueden hacer en su vida diaria.



**MENÚ:**

Domingo 16 julio	Lunes 17 julio	Martes 18 julio	Miércoles 19 julio	Jueves 20 julio	Viernes 21 julio	Sábado 22 julio
Cacao, cereales, pan con aceite, mantenquilla, mermelada, paté o crema de cacao						
Paella mixta Filete de pescado azul al horno con champiñones fruta	Crema de calabacín Pollo al limón con pimientos asados en su jugo Macedonia de frutas	Pasta a la carbonara Croquetas con ensalada de atún Tarta de yogur	Menestra de verduras rehogadas Huevos fritos con patatas Fla casero	Lentejas con chorizo Merluza a la romana con ensalada de queso	Arroz tres delicias Lomo a la sal con patatas cocidas Helado	Picnic
Sandwich, frutas, zumos-galletas						
Sopa de pollo con fideos Hamburguesa con patatas Pudding de huevo	Espinacas con atún Tortilla de patas con jamón serrano Yogur	Ensalada de verano Albóndigas en salsa con verduras Fruta	Revuelto de calabacín Escalope con champiñones al ajillo Macedonia de frutas	Sopa de jamón Pechugas de pollo con patatas aliñadas Arroz con leche	Salmorejo andaluz Fritos variados con ensalada de zanahoria	

**INFORMACIÓN GENERAL:**

**Servicio de Juventud, Plaza de Regla, s/n 24071 León. Teléfono: 987 292 224 // 987 292 119;**  
[www.juventudleon.com](http://www.juventudleon.com); [actividades.juventud@dipuleon.es](mailto:actividades.juventud@dipuleon.es)