



INFORMACIÓN A FAMILIAS Y PARTICIPANTES EN LA CAMPAÑA DE VERANO 2024.

04 CAMPAMENTO NÁUTICO EN LA MONTAÑA DE LEÓN (La Vega de Boñar)

SALIDA: el domingo 21 de julio a las 10:00, 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)

REGRESO: el sábado 27 de julio a las 17:30 en el mismo lugar de salida.

EMPRESA DE TRANSPORTE: Autocares GELO

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 15% 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 tiene alguna medicación, entréguesela al monitor con los horarios de tomas y dosificación.

EMPRESA ADJUDICATARIA:

VEINTYTRESS DYO S.L., teléfono de atención al público 647 149 760.

El equipo de monitores dispone de un teléfono móvil de contacto (695510168) 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 La Vega de Boñar, Calle Mediodía 10 y dispone de habitaciones de 8 plazas y recinto cerrado con zonas verdes valladas.



TELÉFONO 24 HORAS (para urgencias durante la actividad): 622153729

DOCUMENTACIÓN NECESARIA:


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



MENÚ:

Domingo 21 julio	Lunes 22 julio	Martes 23 julio	Miércoles 24 julio	Jueves 25 julio	Viernes 26 julio	Sábado 27 julio
Desayuno (galletas, tostadas, magdalenas, zumo)						
Macarrones boloñesa, cinta de lomo parrilla. Pan, fruta y agua.	Judías blancas estofadas, Flamenquines con ensalada. Pan, fruta y agua	Ensaladilla rusa Filete de lenguado al horno. Pan, fruta y agua	Arroz tres delicias. Pollo asado con patatas. Pan, fruta y agua	Ensalada campera Ragut de ternera. Pan, fruta y agua	Patatas riojanas, Rabas de calamar. Pan, fruta y agua	Salmorejo cordobés, Estofado de pavo. Pan, fruta y agua
Merienda (bocadillo + fruta)						
Ensalada Filetes de pollo Pan, yogurt y agua	Merluza a la romana con patatas fritas. Flan, agua y pan	Huevos rellenos de atún y ensalada. Piña agua y pan	Sopa de fideos salchichas, ensalada. Fruta, pan y agua	Tortilla de patata, espárragos con mahonesa Arroz con leche, agua y pan	Bonito a la plancha con patatas fritas Flan, agua y pan	

CRONOGRAMA DEFINITIVO:

 Veintytres.com <small>Tu mejor opción de ocio</small>		NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: CAMPAMENTO NAUTICO MONTAÑA DE LEÓN						
		FECHAS: TURNO 1: TURNO 21-27 DE JULIO						
		EDAD DE LOS PARTICIPANTES: DE 11 A 15 AÑOS						
HORA / DÍA	DÍA 1	DÍA 2	DÍA 3	DÍA 4	DÍA 5	DÍA 6	DÍA 7	
08:30-09:00 h	HORA DE LEVANTARSE							
09:00-09:30 h	DESAYUNO							
10:00-12:00 h	RECEPCIÓN DE LOS PARTICIPANTES + LECTURA DE NORMAS + REPARTO DE HABITACIONES	PADDLE SURF Y PIRAGUA EN EL EMBALSE DEL PORMA	OLIMPIADAS	RAFTING EN SABERO EN EL RIO ES LA	TU SI QUE VALES	ESCALADA Y RAPPEL EN ROCA NATURAL + ESPELEOLOGIA + TIRO CON ARCO	TREKKING (CUETO BOÑAR)	
12:00-14:00 h								
14:00-15:00 h	COMIDA							
15:00-16:00 h	TIEMPO LIBRE DIRIGIDO POR LOS MONITORES (AJEDREZ, PARCHIS, EL UNO...).							
16:00-18:00 h	JUEGOS DE PRESENTACIÓN POR MEDIO DE ARTES ESCENICAS	GNKHANA	JUEGOS EN PISCINA	EXCURSIÓN A RIAÑO (VISITA LUGARES DE INTERES TURISTICO Y PAISAJISTICO)	JUEGOS EN PISCINA	ESCALADA Y RAPPEL EN ROCA NATURAL + ESPELEOLOGIA + TIRO CON ARCO	EVALUACIONES Y REGRESO.	
18:00-18:30 h	MERIENDA							
18:30-20:00 h	DESCUBIERTA FOTOGRAFICA POR BOÑAR	ATRAPA AL MONITOR	TALLER DE MANUALIDADES	EXCURSIÓN A RIAÑO (VISITA LUGARES DE INTERES TURISTICO Y PAISAJISTICO)	ACTIVIDADES DE FOMENTO DE USO DE ENERGIAS RENOVABLES Y RECICLADO DE PRODUCTOS Y USO DE ENVASES REUTILIZABLES	JUEGOS AUTOCTONOS LEONESES	FIN DE ACTIVIDAD	
20:00-21:00 h	DUCHAS Y ASEO							
21:00-22:00 h	CENA							
22:00- 00:00 h	VELADA	VELADA	VELADA	VELADA	VELADA	VELADA	VELADA	
00:00-8:30 h	HORA DE DORMIR							

INFORMACIÓN GENERAL:

Servicio de Juventud, Plaza de Regla, s/n 24071 León. Teléfono: 987 292 224 // 987 292 119; www.juventudleon.com; actividades.juventud@dipuleon.es