

## ACTIVIDADES ACUÁTICAS EN LOREDO



### DATOS BÁSICOS DE LA ACTIVIDAD:

**Nombre:** Actividades acuáticas

**Localidad:** Loredo (Cantabria)

**Edad de los participantes:** 12 a 14 años

**Fecha de realización:** Del 3 al 9 de agosto de 2026

**Plazas ofertadas:** 25

**Cuota por participante:** 300 € cuota general

225 € cuota para usuarios de Carné Joven Europeo

El pago de la cuota incluye el traslado de ida y vuelta a la actividad en autocar, el alojamiento en pensión completa y todas las actividades.

**\*Imprescindible saber nadar**

## **EMPLAZAMIENTO DE LA ACTIVIDAD**

Loredo es una localidad costera ubicada en el municipio de Ribamontán al Mar, a 26 Km. de Santander.

Es uno de los importantes núcleos turísticos del municipio, gracias a su emplazamiento en un extremo de una de las líneas de playa más extensas de Cantabria.

En su playa se celebra la tradicional carrera de caballos, sobre la arena húmeda y con la marea baja, atrayendo a miles de espectadores. Es el famoso Derby de Loredo.

Muy cerca está la pequeña playa de los Tranquilos frente a la isla de Santa Marina.

## **EDAD DE LOS/LAS PARTICIPANTES:**

12 a 14 años. Para poder inscribirse en esta actividad los/las participantes deberán tener 12 años cumplidos al comienzo de la misma y no más de 14 años a fecha de fin de la actividad.

## **DISTRIBUCIÓN DE LAS PLAZAS:**

La actividad acogerá a 25 participantes procedentes de Aragón, quienes convivirán con otras personas participantes procedentes de Cantabria.

## **ALOJAMIENTO:**

El Albergue Juvenil Loredo está situado en la localidad de Loredo, a trescientos metros de la playa, reserva mundial del surf.

Cuenta con maravillosas playas y dunas y está a tan solo veinticinco minutos a pie del embarcadero que cruza la bahía hacia Pedreña y Santander.

Por sus instalaciones es un lugar ideal para grupos, familias y la práctica de deportes acuáticos.

La capacidad total del albergue es de 48 plazas, distribuidas en dos habitaciones de veinticuatro plazas; los baños son de uso común.

Cuenta con comedor y sala de estar, así como amplias zonas verdes en el exterior y zona deportiva recreativa.

**Para garantizar una correcta alimentación de todas las personas participantes, las alergias y/o intolerancias a alimentos deberán estar prescritas por un médico e informadas al Instituto Aragonés de la Juventud en el momento de la inscripción.**

### **TRANSPORTE:**

La inscripción en esta actividad incluye el traslado de ida y vuelta a la actividad en autocar.

La salida hacia Loredo será el día 3 de agosto desde la Estación Central de Autobuses de Zaragoza.

El día 9 de agosto un autocar recogerá a los/las participantes para trasladarlos desde el albergue hasta la Estación Central de Autobuses de Zaragoza

**Los horarios de salida y llegada se comunicarán a los inscritos unos días antes del inicio de la actividad.**

### **PROGRAMA DE ACTIVIDADES:**

El objetivo de la actividad es fomentar un ocio de calidad, dando a la juventud oportunidades para convivir, adquirir experiencias y conocimientos en relación con las actividades acuáticas deportivas como el surf.

#### **ACTIVIDADES PRINCIPALES**

- **Surf:** reciben clases sobre técnicas básicas de surf y seguridad en el agua.
- **Snorkel:** explorar el mundo submarino de una manera accesible y divertida. Durante esta actividad, los participantes aprenderán sobre la importancia de los ecosistemas marinos, la biodiversidad y la conservación del medio ambiente.

#### **OTRAS ACTIVIDADES**

- Desarrollo de juegos y actividades en la playa.
- Visita a la ciudad de Santander.
- Taller de igualdad: espacio de aprendizaje y reflexión donde se abordan temas relacionados con la equidad de género, la diversidad y el respeto mutuo. A través de actividades interactivas, debates y dinámicas grupales.

- Taller de primeros auxilios: conjunto de técnicas y procedimientos básicos que se utilizan para atender a una persona que ha sufrido una lesión o enfermedad repentina, antes de que llegue ayuda profesional.
- Taller de salud mental y prevención de adicciones: actividad diseñada para promover el bienestar emocional, fortalecer las habilidades personales y reducir los factores de riesgo asociados a los comportamientos adictivos.
- Taller de uso responsable de nuevas tecnologías: actividad diseñada para capacitar a las personas jóvenes en el uso seguro, crítico y saludable de tecnologías (Internet, redes sociales, videojuegos), promoviendo la prevención de adicciones y la gestión de la identidad digital. A través de debates y actividades prácticas, se fomenta la responsabilidad y el equilibrio entre ocio digital y vida real.
- Veladas: actividades lúdicas durante la noche antes de ir a la cama.

### ¿QUÉ ME LLEVO AL CAMPAMENTO?:

- Calzado cómodo deportivo (Evitar traer calzado nuevo)
- Chanclas con agarre al tobillo (\*importante para las actividades acuáticas)
- Calcetines y ropa interior (mínimo una para cada día)
- Pantalones cortos
- Pantalones largos (deportivos, mallas, etc.)
- Ropa de abrigo
- Sudaderas o parte superior chándal
- Camisetas (mínimo una para cada día)
- Chubasquero o capa de agua
- Bañadores
- Toalla grande para la ducha
- Toalla grande para la playa
- Gorro o gorra para el sol
- Cantimplora o botella
- Bolsa o neceser de aseo (cepillo y pasta de dientes, repelente mosquitos, gel de ducha, champú, pañuelos de papel, crema labios, cepillo, esponja, crema solar, etc.)
- Saco de dormir y linterna con pilas de recambio
- Bolsa para la ropa sucia (recomendable de tela)
- Mochila tamaño mediano, para llevar a la salida

- Si tienen su propio **neopreno** lo pueden llevar, si no, se les proporcionará en la actividad

### **DOCUMENTACIÓN NECESARIA:**

Las personas participantes deberán aportar la siguiente documentación original:

- DNI
- Tarjeta sanitaria

### **COMUNICACIÓN Y GESTIÓN DE ASPECTOS RELACIONADOS CON LA SALUD:**

- En caso de **alergias y/o intolerancias a alimentos** estas deberán estar prescritas por un médico e informadas al Instituto Aragonés de la Juventud en el momento de la inscripción en la actividad.
- Deberá aportarse **certificado médico** en caso de:
  - dietas especiales o enfermedades.
  - tratamientos con medicamentos específicos durante la actividad.
- En el caso de haber informado de algún **tratamiento médico específico durante la actividad**, la persona participante debe llevarlo dentro de una bolsa de cierre hermético con su nombre y la prescripción médica del tratamiento.
- Los/las participantes no deben llevar un botiquín personal.

### **USO DEL TELÉFONO MÓVIL:**

Las personas participantes pueden llevar o no su teléfono móvil.

Si llevan móvil, su uso quedará restringido a unos horarios delimitados por la entidad organizadora para que puedan llamar a su familia, excluyendo, en todo caso, su uso durante el desarrollo de las actividades.

### **DINERO:**

En el caso de que lleven algo de dinero a la actividad su gestión queda bajo la responsabilidad de la propia persona participante.

.....