

## **NÁUTICA EN RASCAFRÍA (MADRID)**

TEMÁTICA	ALBERGUE	FECHAS	EDADES
CAMPAMENTO NÁUTICA III	LOS BATANES	23- julio/2 de agosto	14- 17

**PARTICIPANTES:** 60 participantes (20 de Álava, 20 de Aragón y 20 de Madrid)

### **DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD**

En este campamento se realizarán 21 horas de actividades náuticas y de aventura en la naturaleza, con un claro componente lúdico y educativo, acompañados por un equipo de monitores y especialistas para las actividades físicas.

Las actividades estarán enfocadas a que los participantes desarrollen habilidades y destrezas como el trabajo en equipo, la colaboración, el respeto y la tolerancia.

Se realizarán las siguientes actividades náuticas en el embalse de La Pinilla: piragüismo individual o en piraguas dobles, canoas dragón, paddle SUP, kayak polo, Yoga SUP, Big SUP, Slalom, Aquagym y otros deportes acuáticos.

También se realizarán actividades de multiaventura fuera del mundo acuático como son senderismo y trekking, supervivencia y orientación, Escape room, Gymkanas especiales con retos, etc.

Además, se llevarán a cabo otras actividades recreativas, de ocio y tiempo libre.

NOTA: Alguno de los talleres incluidos en este campamento podrá desarrollarse en inglés, pero no es necesario el conocimiento previo de esta lengua.

### **Salidas complementarias:**

- Parque de Atracciones y paseo por Madrid histórico
- Visita a Segovia u otro lugar turístico de interés
- Piscina Las Presillas



### **Objetivos específicos:**

1. Ofrecer alternativas de ocio activo y saludable en contacto con la naturaleza mediante actividades deportivas, utilizando herramientas lúdicas y recreativas, adaptadas a la edad y al nivel de los participantes, llevadas a cabo de una forma segura, y planteadas desde un punto de vista educativo e integrador.
2. Promocionar las actividades acuáticas y otras actividades en la naturaleza de carácter deportivo, lúdico y/o recreativo.
3. Dar a conocer diferentes modalidades de actividades que se pueden realizar en el medio acuático aprendiendo las técnicas básicas para la iniciación en estos deportes.
4. Sensibilizar y contribuir a la conservación y mejora del medioambiente fomentando el respeto hacia cualquier forma de vida.
5. Desarrollar una conciencia de respeto y protección del medio a través del aprovechamiento del entorno como alternativa de ocio de nuestro tiempo libre, dando a conocer mediante actividades ecológicas y ambientales los recursos, necesidades y peligros que afectan al medio ambiente.
6. Descubrir la fauna y flora de la Sierra de Guadarrama, a través de experiencias positivas de contacto con el entorno natural más inmediato empleando los recursos disponibles.

### **INSTALACIÓN:**

#### **Albergue Juvenil Los Batanes, Rascafría (Madrid)**

Situado a 98 km de Madrid y a 2 km de Rascafría. Se encuentra frente al Monasterio de El Pualar, con vistas a Peñalara y al Parque Nacional de la Sierra de Guadarrama.

El albergue cuenta con 44 habitaciones que suponen 120 plazas. Se distribuyen en habitaciones de 1, 2 y 3 plazas con camas; habitaciones de 4 y 8 plazas con literas; y 4 plazas adaptadas a personas con movilidad reducida.

El albergue provee de sábanas y mantas. Las toallas y útiles de higiene personal son por cuenta del alberguista.

### **EQUIPO RECOMENDADO**

- ✓ Mochila / bolsa de viaje evitando las maletas, mochila pequeña, para llevar a las excursiones
- ✓ Calzado deportivo, calcetines y mudas.
- ✓ Ropa cómoda: pantalones cortos, algún pantalón largo, camisetas.
- ✓ Ropa de abrigo (sudaderas, chaqueta polar, chubasquero)
- ✓ Bañadores. Gafas de sol. Gorra para el sol. Crema solar.
- ✓ Chanclas cerradas (o escaarpines)
- ✓ Toallas de lavabo, ducha y piscina.
- ✓ Bolsa o neceser con útiles de aseo personal.
- ✓ Cantimplora y linterna.
- ✓ Bolsa para la ropa sucia.



## **REQUISITOS DE PARTICIPACIÓN**

- Cada participante llevará consigo su DNI y tarjeta sanitaria, originales, así como, en su caso, la tarjeta del seguro médico privado.
- En caso de tener algún tratamiento médico o dieta especial, es obligatorio aportar documentación acreditativa de dicha circunstancia (informes médicos) y haberlo informado previamente en el proceso de inscripción. En estos casos, el participante deberá llevar consigo el tratamiento médico correspondiente, así como el informe médico en el que conste la posología.
- La Comunidad de Madrid no se hace responsable del robo, pérdida o deterioro que pudieran sufrir los materiales, aparatos electrónicos y demás enseres personales de los participantes.
- Los participantes no tendrán que pagar por ningún servicio durante su estancia, no obstante, se les puede dar, en su caso, algo de dinero de bolsillo (20-30 euros).
- No se podrán recibir visitas durante el desarrollo de la actividad.
- Si el participante es recogido antes de la finalización de la actividad por una persona diferente a la que hubiese firmado la inscripción, ésta deberá realizar una autorización en la que conste nombre y DNI de la persona autorizada. El día de la recogida, la persona autorizada, debidamente identificada, presentará la citada autorización dejando constancia de la fecha y hora de recogida.

## **Normas a respetar durante el desarrollo del campamento:**

- Los participantes estarán en todo momento bajo las directrices y normas del equipo de coordinación y monitores y, atenderán, en todo momento, las medidas exigidas por el equipo técnico y por el albergue juvenil.
- Los participantes deberán permanecer en el campamento durante el período programado y tomarán parte de todas las actividades previstas. No podrán ausentarse de los lugares de la actividad sin la autorización escrita del padre, madre o tutor/a legal, y, en su caso, del coordinador/a de la actividad.
- Los participantes deberán aceptar las limitaciones en el uso de los teléfonos móviles, con el fin de garantizar la buena marcha de la actividad y la convivencia.
- No se permitirán comportamientos violentos, físicos o verbales (peleas, golpes, insultos...), ni conductas amenazantes o discriminatorias hacia el resto de participantes o profesionales.
- Se velará por el cuidado del material (propio y ajeno), el medio ambiente y por el buen uso de las instalaciones.
- No estará permitida la tenencia y consumo de alcohol y tabaco.