

VÍ CAMPUS MULTIDEPORTE CAEP SORIA

INFORMACIÓN DE INTERÉS

Fechas: Del 20 al 30 de Julio de 2017.

Organizan: El Club Deportivo Atletismo Numantino y el CAEP Soria organizan el VI Campus Multideporte

Alojamiento Deportistas internos:

El alojamiento se establecerá de la siguiente forma:

- Del 22 de Julio (cena) al 30 de Julio (desayuno) en la residencia Antonio Machado.

	Residencia Juvenil Gaya Nuño
Dirección:	Paseo San Francisco
Localidad:	42003 SORIA
Teléfono:	975221466

Programa:

Comienzo: (Sabado 22 de Julio) Reunión informativa en el salón de actos de la residencia Antonio Machado a las 19:00 horas (Para internos y externos). Los internos pueden incorporarse a la residencia entre las 17:00 y las 19:00.

Final: (Domingo 30 de Julio) Después del entrenamiento matutino, entrega de premios y presentación de fotos y videos del campamento para padres y niños. (Sobre las 12:00-13:00)

Externos e internos.

Los internos: realizan todas las actividades y duermen en la residencia.

Los externos: realizan las actividades de día en el horario establecido y que se especifica a continuación. Si hubiera alguna actividad en la que haya que pernoctar (acampada), o de jornada continua, se avisará con antelación, pero no supondrá ningún coste adicional en el precio del campamento.

Comida: existe la posibilidad que se puedan quedar a comer en la residencia, siempre y cuando haya plazas y ésta nos de permiso. (el precio de dicho servicio no está incluido en la tarifa del campus, y será el establecido por la residencia)



VÍ CAMPUS MULTIDEPORTE CAEP SORIA

Actividades: (El horario de actividades se podrá modificar)

Mañanas: de 10:00 a 13:30

Tardes: de 17:00 a 20:00

Plan de trabajo: (todas las actividades se adaptarán a la edad de los participantes)

- Entrenamientos de atletismo. Se establecerán niveles según su experiencia. Con especial atención al aspecto técnico para los ya formados, en el aprendizaje para los nuevos en la materia y en el aspecto lúdico para los más pequeños.
 - o Salto con pértiga
 - o Salto de altura
 - o Salto de longitud
 - o Vallas
 - o Velocidad
 - o Peso
 - o Disco
 - o Jabalina

- Actividades culturales y recreativas.
 - o Vinuesa aventura (tirolinas)
 - o Piraguas, padel surf, balsas,....
 - o Hinchables y Cars.
 - o Gynkanas por la ciudad de Soria.
 - o Senderismo
 - o Multideporte (Baloncesto, Hochey, Futbol, Bádminton...)

- Visitas turísticas en el entorno de Soria

- Clases de inglés: algunas de las actividades que se realicen se llevarán a cabo en inglés. Actividades y juegos de vocabulario, gynkanas, juegos de socialización...

VÍ CAMPUS MULTIDEPORTE CAEP SORIA

(Todos los atletas deben acudir en las condiciones físicas óptimas para el desarrollo del plan de trabajo.

Móviles:

Horario: 9.30 a 10.00 h. – 15.00 a 16.00 h. – 21.30 a 22.00 h.

(Fuera de estos horarios, no está permitido a los atletas efectuar o recibir llamadas, salvo emergencias.)

Para facilitar el descanso de los deportistas, los móviles serán recogidos por la noche y entregados después del desayuno.

Material:

- Camisetas de manga corta (8-9 aproximadamente).
- Alguna camiseta de tirantes para días de calor.
- Pantalones cortos o mallas (varios)
- Gorra o pañuelo para la cabeza.
- Pijama.
- Bolsa de aseo: cepillo de dientes, champú/gel, desodorante...
- Crema de sol (que sea factor 15 o superior).
- Chanclas.
- Toalla.
- Gorro de piscina.
- 2 Bañadores.
- Zapatillas de deporte (preferiblemente ya usadas).
- Zapatillas de clavos (si las tienen, no son obligatorias).
- Dinero en efectivo (por si algún día quieren comprar helados, alguna bebida fría, etc.)
- Chubasquero.
- 2-3 sudaderas (En Soria la temperatura baja mucho por la tarde noche)
- 2 chándals, importante tener algún pantalón largo en caso de algún día fresco.
- Linterna, necesario para las actividades nocturnas.

Documentación:

- Tarjeta de la Seguridad Social ó similar.
- D.N.I. original.

Medicamentos:

- Si necesitan cualquier medicamento informar de ello.
- Comentar si hay algún tipo de alergia de algún tipo o incompatibilidades alimentarias.

