


NATURALEZA Y MULTIAVENTURA II



LUGAR

En plena Sierra de Guadarrama realizaremos este campamento de verano en el que participarán jóvenes de Madrid, Extremadura y Álava y convivirán en el Albergue Juvenil Las Dehesas de Cercedilla.

La actividad ofrece a los participantes la posibilidad de disfrutar de un 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 jóvenes, llevadas a cabo de forma segura y planteadas desde un punto de vista educativo e integrador.

FECHA: 21 al 30 de Julio
 EDAD: De 15 a 17 años cumplidos desde el inicio hasta la finalización de la actividad
 PLAZAS: 5 para jóvenes madrileños. Convivirán con jóvenes de otras comunidades autónomas
 LUGAR: ALBERGUE JUVENIL LAS DEHESAS (CERCEDILLA) 
 PRECIO: 120,20€



PROGRAMA

Las actividades tienen como objetivo facilitar el acercamiento de los jóvenes al medio rural y natural, para tomar conciencia de la necesidad de proteger y conservar el medio ambiente.

El programa está dividido en cuatro áreas, estructurado en bloques rotativos, de tal forma que todos los participantes puedan realizar todas las actividades:

ACTIVIDADES:

• Talleres de conocimiento del medio y sensibilización

Taller de huellas y señales, taller de conocimiento de los recursos ambientales en el Parque Nacional de la Sierra de Guadarrama, taller de animación, talleres manuales, etc.

• Deportes integrados en el medio:

Carrera de orientación. Se trata de encontrar unas balizas en un área de terreno con la única ayuda de un mapa y una brújula.

Tiro con arco. Iniciación a la práctica de este deporte a través de una dinámica de progresión en la actividad.

Bautismo de escalada y rappel. Conocer las técnicas de escalada y rappel y los aspectos necesarios para su realización.

Multideporte y deportes alternativos. Fomentar el deporte y los hábitos saludables.

• Excursiones y rutas

Aprender caminando a reconocer e interpretar los valores ambientales del entorno y la práctica deportiva en la montaña

• Vivac:

Técnicas de vivac

Nudos

Primeros auxilios

Otras actividades programadas:

- Excursión a Madrid: Parque de Atracciones

- Parque de Aventura AMAZONIA

- Piscinas Naturales Las Berceas

Para realizar las actividades acuáticas programadas es imprescindible saber nadar.

Las actividades indicadas podrían sufrir modificaciones por motivos organizativos o de fuerza mayor.



EQUIPAMIENTO

Calzado deportivo • sandalias de goma • calcetines y mudas • pantalones cortos y largos • ropa de abrigo (sudaderas, chaqueta polar chubasquero...) • camisetas • bañadores, • gorra para el sol • crema solar e hidratante • toallas de lavabo • ducha y piscina • bolsa o neceser de aseo personal • cantimplora y linterna



VIAJE

Ida

Día de salida de Madrid : 21 de julio

Hora de salida: 10.00 h

El autobús saldrá a la hora indicada por lo que se deberá llegar con suficiente antelación.

Vuelta

Día de salida del albergue : 30 de julio

Hora de salida: 10.00 h

Lugar de ida y vuelta: C/ Profesor Martín Almagro Bosch 

Lateral derecho de las escaleras principales del Templo de Debod. Zona reservada de aparcamiento de autobuses.