



Modalidad	NÁUTICA	Fechas	1 al 11 de agosto	Lugar	Albergue Juvenil Los Batanes, Rascafría - Madrid
Procedencia	Jóvenes de Cantabria y Madrid	Nº de plazas	23	Edad	12 a 13

Salida: día 1 de agosto a las 08:00 horas en el aparcamiento del Palacio de Deportes.

Llegada: día 11 de agosto. Salida del albergue después del desayuno.

ALBERGUE JUVENIL "LOS BATANES" FINCA LOS BATANES, S/N. 28740 - RASCAFRÍA - MADRID

El albergue está ubicado a 98 Km de Madrid a 2 km de Rascafría. Se encuentra frente al Monasterio de El Paular, con vistas a Peñalara y al Parque Nacional de la Sierra de Guadarrama.



- Capacidad total del albergue: 120 plazas, distribuidas en 44 habitaciones de 1,2,3,4 y 8 plazas.
- 4 plazas adaptadas a personas con movilidad reducida.
- Espacios comunes: comedor, sala de estar, de TV y salas de actividades
- Zona exterior y patios interiores.

HORARIO ORIENTATIVO DE UN DÍA NORMAL

8:00 Despertar
 9:00 Desayuno
 10:00 Tareas de limpieza
 10:30 Actividad de la mañana
 13:30 Tiempo libre
 14:00 Comida
 15:00 Tiempo libre
 16:30 Actividad de la tarde
 18:00 Merienda
 19:30 Duchas
 21:00 Cena
 22:00 Velada
 00:00 Silencio

RESUMEN

Se trata de un campamento con actividades náuticas y de aventura. En el embalse de La Pinilla se realizarán: piraguas, canoas dragón, paddle sup, kayak polo, yoga sup, big sup, aquagym, y slalom, ...

ACTIVIDADES

- Senderismo y trekking. Supervivencia y orientación
- Parque de atracciones y paseo por Madrid histórico
- Visita a Segovia u otro lugar de interés turístico
- Piscina Las Presillas
- Actividades recreativas, de ocio y tiempo libre

COSAS QUE HAY QUE TRAER AL CAMPAMENTO

- Calzado cómodo deportivo. Evitar traer calzado nuevo
- Chanclas con agarre al tobillo. (Importante para las actividades náuticas)
- Calcetines y ropa interior
- Pantalones cortos
- Pantalones largos (deportivos, mallas, etc.). Necesarios para las actividades ecuestres.
- Ropa de abrigo
- Sudaderas o parte superior chándal
- Camisetas en cantidad (al menos una blanca. Ésta no volverá igual)
- Chubasquero o capa de agua
- Bañadores
- Toalla grande para la ducha
- Toalla grande para la piscina
- 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 o peine pelo, esponja, crema solar, etc.)
- Saco de dormir y linterna con pilas de recambio
- Bolsa para la ropa sucia
- Mochila pequeña, para llevar a las marchas

NOTA: Es importante que sean los propios acampados quienes realicen su bolsa de campamento y que los padres les supervisen.

ATENCIÓN MEDICAMENTOS. Deberán de llevar los medicamentos dentro del equipaje. Los monitores los pedirán al llegar al albergue. La bolsa de medicamentos deberá ir acompañada de un informe de prescripción médica con indicaciones, tomas o instrucciones.

DOCUMENTACIÓN NECESARIA:

- DOCUMENTACIÓN ORIGINAL, tanto, del Documento Nacional de Identidad (si tienes), como de la tarjeta de la Seguridad Social o tarjeta de seguro médico privado.

RECOMENDACIONES. NO LLEVAR:

- Si tiene teléfono móvil y lo trae, estará sujeto al buen uso del mismo, el cual tendrá horario de uso restringido. **No nos hacemos cargo de rotura, pérdida o robo**
- Grandes cantidades de dinero
- Objetos de valor