

NORMAS E RECOMENDACIÓN S PARA OS NENOS/AS PARTICIPANTES NO CAMPAMENTO DEPORTIVO DE VERÁN CONCELLO DE MONFORTE 2019

1. O inicio de cada unha das quincenas do Campamento Deportivo de Verán é o seguinte:

- Inicio primeira quincena: luns 1 de xullo
- Inicio segunda quincena: martes 16 de xullo

Todos os nenos e nenas participantes deberán estar no Pavillón Municipal da Pinguela ás 10:00 h. no caso de non empregar transporte. No caso de empregar transporte deberán estar na parada correspondente á hora indicada nos horarios publicados.

2. O primeiro día de cada unha das quincenas, entre as 10:00 e as 11:00 h, terá lugar a presentación do Campamento e a distribución dos alumnos por grupos de idades. A todas as persoas participantes faráselles entrega dunha planificación para toda a quincena co fin de que saiban que actividades van realizar cada día.

3. Os participantes deberán levar roupa e calzado deportivo cómodo e axeitado ás actividades. As seguintes actividades requiren o seguinte equipamento e vestimenta:

- **Natación, xogos acuáticos e socorrismo acuático:** é necesario o uso de toalla, traxe de baño, chancletas e gorro. É aconsellable o uso de gafas.
- **Equitación:** e aconsellable o uso de pantalóns longos axustados ou mallas.
- **Piragüismo:** é necesario o uso de toalla, traxe de baño e/ou indumentaria adecuada, chancletas e roupa de recambio.

O primeiro día non se vai a realizar ningunha actividade que requira equipamento especial, de xeito que o alumno/a unicamente deberá levar roupa e calzado deportivo.

4. A media mañá realízase un descanso de 20 minutos polo que se recomenda que os nenos e nenas leven algún tipo de alimento e bebida para realizar un pequeno almorzo.

5. Deberase respectar ós compañeiros/as e ós monitores/as en todo momento.

6. No caso de ter algún problema con outro/a compañeiro/a deberase avisar ó monitor que estea a cargo do grupo.

7. É necesario que os alumnos/as sexan o máis independentes posibles á hora de vestirse e ducharse.

8. Nas actividades que se realicen fóra do pavillón os alumnos terán que prestar moita atención ás indicacións dos monitores correspondentes.

9. É necesario que nos días que quente moito o sol se faga uso de protección solar e de gorra.

10. É indispensable a puntualidade, tanto á hora de chegar como á hora de marchar. Hai actividades que non se desenvolven no pavillón, de xeito que unha vez que os membros do grupo xa non estean no pavillón non se poderá levar a cabo a actividade que toque nesa franxa horaria.

11. Todos/as os/as alumnos/as do campamento contan cun seguro de accidente deportivo. É moi importante que calquera situación que se presente que requira atención médica ou sanitaria se notifique ós organizadores para que estes informen do procedemento que se debe seguir.

12. Para calquera cuestión o teléfono de contacto é o 982.40.38.09