

Nombre del grupo: JUNIOR

Horario: 9:00hs a 13:00hs

Lugar de acogida y recepción: Oficinas // **Lugar de recogida:** Base puerta grande // **Comedor:** Base



Objetivos:

- ✓ Trabajar el deporte al aire libre de forma individual y cooperativa
- ✓ Promover el deporte como parte importante del aprendizaje
- ✓ Crear conciencia y conocimiento del medio que nos rodea

Funcionamiento:



Desde las 8:00h y hasta las 8:45h el monitor responsable de la acogida recibirá los niños en las oficinas. A partir de las 8:45h el grupo de acogida será trasladado a la parte posterior del edificio delante de la puerta de entrada a los vestuarios, allí se hará la recepción de los otros participantes a partir de esta hora. Los monitores responsables se encargarán de la recepción y ubicación de cada participante en su respectivo grupo. A las 9:05h los monitores llevarán el grupo en la playa, pasarán lista y ubicarán las mochilas en el lugar indicado.

Antes de comenzar los monitores controlarán que todos los participantes se hayan puesto protector solar y luego comenzarán con las actividades programadas. Alrededor de las 11h y, después de realizar la primera actividad, el grupo parará para desayunar y en este momento beberán agua y se reforzará la protección solar.

A las 12:45h y después de terminar la segunda actividad del día el grupo se dirigirá al vestuario para cambiarse de ropa y prepararse para la recogida. Los que se queden en el comedor serán dirigidos a la zona de espera dentro del mismo recinto de la playa.

A las 13:00h el resto del grupo se dirigirá a la puerta pequeña para ser recogidos por los padres o personas autorizadas. Solo de podrán marchar solos aquellos participantes que tengan la autorización firmada por sus tutores SIN excepción.

Seguridad del casal:



ROCROI da vital importancia a la seguridad, por lo que todo el material es homologado y se renueva anualmente, además contamos con un socorrista propio para supervisar todas las actividades. Es obligatorio el uso de chaleco salvavidas para realizar todas las actividades de agua. Por otra parte en todos los grupos tenemos un ratio de un monitor cada 10 niños como marca la ley.

Actividades:



Cada día hacen una actividad en la arena (talleres, juegos, deportes) y una actividad de deporte de agua como puede ser barca de rafting, kayak, paddle surf, patines a pedal o BigSup. Algunos días este grupo realiza excursiones de toda la mañana. Una vez a la semana tienen una clase yoga.

Ejemplo de una semana

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
9 a 9:15 hs	Pasamos lista Tallas de camisetas	Pasamos lista	Pasamos lista	Pasamos lista	Pasamos lista
9:15 a 10:45 hs	Tenis playa/Juegos	Vóley/futbol playa	Excursión Pasifae	Yoga/Patín a pedales	Excursión
10:45 a 11hs	Almuerzo	Almuerzo	Almuerzo	Almuerzo	Almuerzo
11 a 12:45 hs	Pádel Surf	Rafting	Excursión Pasifae	BigSup	FIESTA
13:00 hs	Recogida	Recogida	Recogida	Recogida	Recogida

Kayak:

Los kayaks "auto vaciables", son los más estables y seguros para navegar por el mar.

Esta actividad se realiza haciendo una excursión de media mañana o toda la mañana hacia la Pasifae. En cada kayak suben 2 participantes y un monitor les ayuda a hacer los primeros desplazamientos.

Rafting:

El rafting en el mar es una de las actividades más seguras ya que los participantes están protegidos dentro de una embarcación inflable trabajando en equipo con las indicaciones del monitor. Esta actividad se desarrolla dentro del canal de navegación y alrededor de las boyas de entrada y salida del mismo.

Sup:

El sup (Pádel surf) es una tabla de unos 3 metros de largo y muy estable. En ella trabajamos el equilibrio y el surfear con olas costeras, siempre bajo la atenta supervisión de nuestros monitores. Además también hacemos la excursión Pasifae como con el kayak.

BigSup:

El BigSup es el hermano mayor del SUP. En esta embarcación de 6 de largo y 1,5 de ancho organizamos diferentes juegos para mejorar el en equipo a la vez que realizamos actividades en el medio acuático. Es gran plancha inflable muy cómoda y segura. Navegamos dentro del náutico y depende del viento salimos también fuera del mismo.

metros
trabajo
una
canal

Patín a pedales:

El patín a pedal o hidropedal es una de las actividades más de nuestro casal. Es una embarcación construida en polietileno con capacidad de carga y provista de un tobogán por el que te puedes deslizar y disfrutar del agua.

Vóley playa:

El vóley playa es una de las actividades deportivas más populares. El grupo forma equipos mixtos que irán cambiando para que participen con los demás. Disponemos de varios campos de vóley que esperar para poder jugar.

Fútbol playa:

El fútbol es el deporte más practicado del mundo. En el casal se juega actividad al mismo tiempo que el vóley para que los participantes decidan a qué quieren jugar.

Tenis playa:

En el casal disponemos de campos de tenis playa con medidas homologadas. En cada uno pueden participar hasta 4 jugadores, las son similares a las del tenis normal, excepto que se debe comenzar

de abajo y la pelota no puede botar.

Yoga:

Yoga es una palabra sánscrita, que tiene unos 5000 años y que significa unión. Se refiere a la unión de la conciencia individual con la Conciencia Universal. En el casal realizaremos ejercicios físicos de estiramientos y respiración para aprender los principios del yoga.

Fiesta:

La fiesta de cada viernes se uno de los momentos más esperados por todos. En la misma los monitores dirigen diferentes pasos de bailes al son de la música cuidadosamente seleccionada y de ACUERDO a la edad de los participantes. El día anterior se las recuerda que pueden traer algo diferente para comer o beber este día. Siempre atendiendo que recomendamos bebidas sin azúcar.



puedan



reglas
sacando