



Programa CAMPUS ESTIU 2022

Dilluns:

9h: Benvinguda i protocols:

- Repàs mecànic de bicicletes.
- Higiene, rentat de mans al entrar al park, abans de jocs de contacte o objecte en contacte, abans d'esmorzar. Com ens retem les mans i fem servir el bany.
- Protecció solar al arribar al park i després de piscina o aigua.
- Esmorzar a l'ombra, sempre al mateix lloc.

9:30 Escalfament i hora de tècnica

11 Esmorzar i comentem seguretat vial, com ens desplaçem amb seguretat a peu i en bici a les properes excursions.

12-13:30 piscina

Dimarts:

9h excursió BTT a Altafulla, Taller natural al bosc, reconèixer arbres, plantes, animals, senyals d'orientació en camins. Itinerari 4 camins, bosc turó de l'ermita, creuar per semàfor i baixar a la platja club Marítim

10h Esmorzar i Caiac

12h Tornada BTT

Dimecres:

9h Escalfament i hora de tècnica

11 Esmorzar i jocs parlats ja davant del Pavelló St. Jordi

11:30 Rocòdrom

12:30-13:30 piscina

Dijous:

9h Escalfament i hora de tècnica

11 Esmorzar i mecànica

11-12:30 sortida a netejar camins, parlem com tractem els residus

12:30-13:30 tast d'altres disciplines i canvis de bicis o jocs

Divendres:

9h excursió BTT a Altafulla,

Itinerari 4 camins, creuar per semàfor i baixar karting per carrers de barri marítim. / Fins Jungle Treck (agost)

10h Esmorzar a la pineda al final del passeig / Jungle treck

10.30h Karting (Setmana 4-9 i 25-29 juliol) / Tirolines Jungle Treck setmana 1-6 agost

11h Tornada BTT, si es possible una ruta més ràpida.

Jocs d'aigua per acabar