



**ACTIVIDADES DE VERÁN
DO CLUB REGATAS
SALGADO - PERILLO**



2018

natureza e deporte



REMO - KAIK DE MAR - PADDLE SURF - XOGOS NA PRAIA - AULA DO MAR

INSCRIPCIÓN

crperillo@yahoo.es

Solicita a folha de inscrición, ou achégate as nosas instalacións en
Club de Regatas Perillo.

Avda. das Américas, 33 15172
PERILLO - OLEIROS (A Coruña)

Mais información:

Tel.: 981 835 774 / 603 175 457 / www.clubregatasperillo.com



Colabora



Concello de
Oleiros

campamentos 2018

DATAS:

1ª QUENDA: do 2 ó 13 de xullo (luns a venres).

1ª QUINCENA XULLO

2ª QUENDA: do 16 ó 30 de xullo (luns a venres).

2ª QUINCENA XULLO

Estrela Fugaz Como estes anos poderán participar no campamento polo día/días que se desexe, para o que poderá comprobar a Programación de cada día na nosa web.

HORARIOS DOS CAMPAMENTOS:

A duración do campamento é dende ás 9:30 h. ás 14:30 h.

Os rapaces e rapazas que o desexen poden quedar a **COMER**, quedando, neste caso, o remate do campamento ás 16:00 h.

Se o desexan tamén se pode achegar ós nenos/as ás nosas instalación a partir das 8:00 horas, este servizo é **GRATUÍTO** y si o desexan poden **DESAYUNAR** por 2 euros.

IDADES:

Nados entre 2.003 e 2.008



actividades

1.XOGOS NA PRAIA.

Divertidos e educativos xogos deportivos na Praia dirixidos por un graduado en Educación Física.

Os rapaces e rapazas poderán participar en xogos tradicionais, xogos de colaboración ...



2.REMO

Poderán coñecer e practicar o deporte do remo, nas súas especialidades de banco fixo e banco móbil. Este último coas nosas embarcacións de aprendizaxe pensadas para os máis pequenos.



3.KAIIAK

Os/as participantes que se acheguen ós nosos campamentos poderán coñecer o deporte do piragüismo por medio dos nosos kaiaks auto-baleirables e insumérxibles, moi apropiados para a práctica de que nunca tivera contacto algún con esta actividade.



4. AULA DO MAR

Consistente en pequenas excursión pola Praia, as dunas e as rochas para coñecer o medio ambiente mariño. Para isto irán acompañados dun/ha biólogo/a que, dun xeito lúdico, aprenderalles o noso patrimonio biolóxico.

5. PADDLE SURF

Mantemos a actividade estrela dos últimos veráns, o PADDLE SUR, unha actividade divertida que ven a enriquecer aínda máis as posibilidades do noso campamento, onde nenos e nenas van poder mellorar o seu equilibrio grazas a ter que se desprazar nestas pequenas embarcacións dende posición de pé.



6. XADRES OU LECTURA.

Aqueles nenos/as que se acheguen as nosas instalación antes do comenzo do campamento (9:30 h.), poderán pasar o tempo xogando (ou aprendendo a xogar) ó xadrez ou se o prefiren, poderán adicar este tempo á ler traendo eles/as a súa propia lectura.



7. EXCURSIONS POLA COSTA DE OLEIROS.

Farase unha excursión pola costa de Oleiros, para coñecer o noso patrimonio. Si é necesario, trasladaranse os/as nenos/as en autobús o punto de inicio en recolleranse igualmente no punto de destino.



actividades alternativas

PARA OS DÍAS DE MAL TEMPO

Para cando, por culpa do mal tempo, non se poideran celebrar as actividades programadas, contamos coa posibilidade de organizar as seguintes actividades alternativas:

Talleres de Aula do mar:

1. Correntes e mareas,
2. Protexer o mar está nas túas mans
3. Barcos.... ¿por qué flotan?
4. Fauna mariña
5. Flora mariña

Dispónse de equipos informáticos, con conexión a internet, para facilitar a procura de información para os talleres.

Elaboración dun reloxo de mareas

Xogos e concursos nos aparellos de remo-indoor.

Emisión de películas relacionadas co mundo mariño.

Taller de nós e estobos.

Xadrez.



MONITORES:

Os encargados de conducir as actividades van contar con, alomenos, un Graduado/Licenciado en Educación física sendo, os demais, cando menos, monitores de tempo libre e/ou especialistas en remo e kaiak. Contando coa presenza dun biólogo para dirixir a actividade de aula do mar.

O ratio (número de alumnos/as por monitor/a) nunca superará os 8 alumnos.

PRAZAS:

30 prazas por quincena e ata 5 prazas para ESTRELA FUGAZ.

inscripciones

PRAZO DE INSCRIPCIÓN:

Entrega de folia de solicitude de praza (FOLLA DE PRE-INSCRIPCIÓN): dende o 1 de Maio ata cubrir prazas.

Entrega de DOCUMENTACIÓN E XUSTIFICANTE DE PAGO: dende o 1 de xuño ata cubrir prazas.

As prazas serán adxudicadas por orde de entrega da folia de pre-inscripción.

Para inscribirte tes que nos enviar un mail o correo club@clubregatasperillo.com, solicitando a FOLLA DE PRE-INSCRIPCIÓN ou achegándote as nosas instalación en Club de Regatas Salgado-Perillo, Avda. das Américas, 33

Antes de nos entregar a folia de pre-inscripción informaremosche de se aínda hai prazas. De non haber prazas quédase nunha lista de agarda. Non fagas o ingreso se non hai prazas, agarda a recibir un aviso pola nosa parte confirmando a praza.

A inscrición queda formalizada logo de nos enviar DOCUMENTACIÓN E XUSTIFICANTE DE PAGO na conta de ABANCA ES0520800053723040024340. Si é do teu interese, podes face-los trámites (incluído o abono da actividade) directamente na nosa sede de Avda. das Américas, 33 Perillo.

Se xa pertences os equipos de Remo do clube, ou eres socio do Clube de Regatas, o pago da actividade que queiras facer podémola facer cun cargo á conta que xa pasamos as cotas habituais, facendo sábelo na folia de PRE-INSCRIPCIÓN.

Horario de atención ó público no noso local social (persoal ou portlf.):

Do 1 ó 29 de Xuño os luns, mércores e venres de 11:30 h a 13:30 h.

Do 2 ó 30 de Xullo os luns, mércores e venres de 14:30 h a 16:00 h.

escola de remo/escola de verán

A Escola de Verán ten un mes de duración, **AGOSTO**, coa que pretendemos achegar o noso clube a aqueles nenos e nenas que queiran aproveitar o período estival para coñecer este deporte. Queremos tamén que poidan comprobar das posibilidades desde deporte para facer unha actividade física nun entorno agradable e con mozos e mozas con ganas de se divertir ó tempo de facer exercicio.

HORARIOS: De 11:30 h. a 14:00 h.

DATAS: Mes de **AGOSTO**, de luns a venres.

IDADES: Nados entre o 2.002 e 2.007.

CURSOS DE REMO DE DURACIÓN SEMANAL

Se queres coñecer o deporte do remo nun curso intensivo dunha semana, ésta é a túa fórmula. Nestes cursos vas ter a oportunidade de coñecer e practicar con rapaces/zas da túa idade un deporte náutico de moita raigame no noso Concello.

!!!AMPLIACIÓN DE IDADES!!!!. ATA 22 ANOS.

IDADES : Grupo Nados/as do 2.004 ó 2.007
Grupo Nados/as do 1.996 ó 2.003

QUENDAS:

Do 2 ó 6 de Xullo de 17:00 a 19:00 h.

Do 16 ó 20 de Xullo de 17:00 a 19:00 h.

Do 30 de Xullo ó 3 de Agosto de 17:00 a 19:00 h.

Do 6 ó 11 de Agosto de 10:00 a 12:00 h.

Do 20 ó 24 de Agosto de 10:00 a 12:00 h.

TÁBOA DE IDADES PARA AS DISTINTAS ACTIVIDADES 2018

| Actividade | HORARIOS | 2008 | 2007 | 2006 | 2005 | 2004 | 2003 | 2002 | ANTERIORES |
|-----------------------|---------------------|------|------|------|------|------|------|------|------------|
| Campamentos Xullo | 09:30 H. A 14:30 H. | | | | | | | | |
| Escola de Remo Agosto | 11:30 H A 14:00 H. | | | | | | | | |
| Cursos de Remo Xullo | 17:00 H A 19:00 H. | | | | | | | | |
| Cursos de Remo Agosto | 10:00 H A 12:00 H. | | | | | | | | |

TÁBOA DE PREZOS DAS ACTIVIDADES

| Campamentos | Non Socios | Socios |
|---------------------|------------|----------|
| Quincena | 170,00 € | 135,00 € |
| Quincena c/ comedor | 230,00 € | 195,00 € |
| Mes Xullo | 320,00 € | 260,00 € |
| Xullo c/ comedor | 440,00 € | 380,00 € |
| Estrela fugaz | Non Socios | Socios |
| 1 día | 20,00 € | 16,00 € |
| 1 día c/ comedor | 26,00 € | 22,00 € |
| Escola de remo | Non Socios | Socios |
| Agosto | 80,00 € | 50,00 € |
| Cursos remo semanal | Non Socios | Socios |
| Xullo e Agosto | 40,00 € | 25,00 € |

