



CAMPAMENTOS
ROLAR

¡El mejor verano de tu vida!

VERANO DE MAR Y MONTAÑA



Como cada año, nuestro principal objetivo es el fomento del desarrollo personal integral a través de actividades que promuevan los valores.

Además de todas las actividades que tenemos preparadas, el camper que lo desee podrá recibir un refuerzo de inglés.

Turnos desde el 22 de junio hasta el 20 de julio

Consulta las fechas y reserva tu plaza

www.rolar360.com





Campers desde 8 hasta 14 años

| TURNOS | FECHAS | PRECIO |
|--------|-------------------------------|----------|
| 1º | del 22 al 29 de junio | 495,00 € |
| 2º | del 29 de junio al 6 de julio | 525,00 € |
| 3º | del 6 al 13 de julio | 525,00 € |

- Régimen de pensión completa (desayuno, comida, merienda y cena).
- Alojamiento en literas. Bajera y almohada.
- Todas la actividades mencionadas.
- Coordinador y monitores titulados.
- Camiseta del campamento.

Consultar transporte desde diferentes ciudades

*La organización se reserva el derecho de anulación de un turno si no se cubriera un mínimo de plazas.

*Estos descuentos no son acumulables entre si.

Todos los turnos están abiertos a campers de intercambio desde otros países.

¡Descuentos!

- * Si reservas antes del 30 de marzo
- * Si eres antiguo camper
- * Si sois un grupo de más de 5
- * Si se reservan dos o más semanas

Valores

Los equipos se componen de niñas y niños de distintas edades, fomentando las relaciones interpersonales; la cooperación, el respeto y la tolerancia.

La metodología de los campamentos ROLAR se pone en marcha a través de actividades deportivas y multidisciplinarias con el fin de potenciar en cada niño aquellas capacidades más desarrolladas y entrenar las menos desarrolladas.

Actividades como:

Juegos de imitación

Dinámicas grupales

Juegos de atención



METODOLOGÍA



Practicarás surf con las mejores escuelas de Cantabria (clases de 2 horas)
Visitarás la Cueva de Chufín con paddlesurf o piraguas
Daremos un paseo como auténticos espeleólogos



Además de una amplia lista de actividades y deportes
Todas ellas guiadas por nuestros estupendos monitores de
Ocio y Tiempo libre titulados y con amplia experiencia.



DEPORTES

Natación
Piragüismo
Tiro con arco
Voleibol
Fútbol
Baloncesto

TALLERES

Primeros auxilios
Aula de naturaleza
Estación meteorológica
Horticultura
Escayola y cerámica
Bisutería y maquillaje
Pintura de camisetas
Repostería



ACTIVIDADES - DEPORTES - TALLERES



El albergue se encuentra en una finca de 10.000m² rodeada de bosques y montañas en Rionansa, Cantabria.



ALBERGUE ROLAR-CANTABRIA

El alojamiento es en casitas de dos habitaciones para ocho campers cada una, en literas con ropa de cama y baño completo.



Dispone de una casa principal con:

Comedor
Aula de talleres
Salón de juegos



INSTALACIONES

UN DÍA EN EL CAMPAMENTO ROLAR

Horario general

| | |
|-------|----------------------|
| 8:30 | BUENOS DÍAS |
| 9:00 | DESAYUNO |
| 9:30 | RECOGER HABITACIONES |
| 10:00 | ACTIVIDADES |
| 11:30 | TIEMPO LIBRE |
| 12:00 | ACTIVIDADES |
| 13:45 | PONER LA MESA |
| 14:00 | COMIDA |
| 14:40 | TIEMPO LIBRE |
| 15:30 | ACTIVIDADES |
| 17:15 | MERIENDA |
| 17:45 | ACTIVIDADES |
| 20:30 | PONER LA MESA |
| 20:45 | CENA |
| 21:25 | VELADA NOCTURNA |
| 23:00 | BUENAS NOCHES |



HORARIO TIPO



Los alimentos que se sirven son preparados con productos orgánicos obtenidos de las granjas aledañas.



Nuestros menús están elaborados y pensados para mantener una dieta equilibrada y saludable, teniendo en cuenta en cada momento la gran actividad que llevarán a cabo nuestros campers en estos días. Nuestro equipo de cocina realiza menús especiales, teniendo en cuenta alergias e intolerancias. Y lo controla con absoluto rigor.



ALIMENTOS



MENU TIPO

| | DÍA 1 | DÍA 2 | DÍA 3 | DÍA 4 | DÍA 5 | DÍA 6 |
|--------|---|--|--|---|--|--|
| COMIDA | | Crema de zanahorias Pollo asado Fruta | PIC-NIC | Crema de calabaza Filete con patatas Fruta | Ensalada campera Cocido montañés Tarrina de helado | PIC-NIC |
| CENA | Guisantes con jamón Libritos de lomo Fruta | Hamburguesa de pescado Patatas fritas Tarrina de helado | Ensalada Salchichas frankfurt Fruta | Judías verdes San Jacobos Yogur | Ensaladilla rusa Filetes de pollo Macedonia | Ensalada de atún Bacalao a brass Fruta |
| | DÍA 8 | DÍA 9 | DÍA 10 | DÍA 11 | DÍA 12 | |
| COMIDA | Ensalada mixta Espagueti boloñesa Yogurt | PIC-NIC | Gazpacho Guiso de jamón Fruta | Crema de calabacín Pollo asado/ patatas Macedonia | PIC-NIC | |
| CENA | Menestra, croquetas y empanadillas Natillas | Arroz Albóndigas en salsa Fruta | Ensalada mixta Aros de calamares y nuggets Yogurt | Hamburguesas completas con patatas fritas Tarta de despedida | | |

* Menú tipo sujeto a disponibilidad de género en cada momento.

- El desayuno constará de, leche, cacao, cereales, pan con mantequilla o bollería.
- A la hora de la merienda se pondrá a disposición fruta o sandwiches variados.
- Los PIC-NICs constarán de, bocadillos, sandwich y fruta.

ROPA

8 camisetas, no conviene que lleven las preferidas
2 bermudas
2 pantalones cortos de deporte o similar
Pantalón largo
Camiseta de manga larga
Gorra
Muda, mejor si llevan para cada día.
Calcetines de verano, varios pares y un par más abrigado.
Chubasquero
Forro polar, sudadera o similar, por la noche refresca.
Zapatillas de montaña *(no es el momento de estrenar, conviene que sepan que están cómodos con ellas)*.
Zapatillas de deporte
Pijama

VARIOS

Una mochila pequeña para las excursiones.
Saco de dormir
Linterna, preferiblemente frontal, si se tiene.
Cantimplora, nunca envases de vidrio.
Aseo personal.
Toalla de ducha.
Crema solar.
Dos bañadores.
Toalla de piscina-playa.
Chanclas o similar.
Libros de lectura, dibujo, etc.



*No es necesario que lleven material específico para cada actividad, se les facilitará en cada caso.

*Es conveniente que lleven toda la ropa y el material bien marcado.



Se establece una normativa con el objetivo de facilitar la convivencia durante el campamento, conseguir una buena adaptación de los campers y disfrutar al máximo de las actividades.

Para ello, es fundamental la colaboración de las familias en el cumplimiento de esta normativa.

- Se evitará hacer llamadas fuera de los días y los horarios marcados. La primera llamada se realizará a partir del tercer día, con el objeto de conseguir una buena adaptación al campamento. Los padres podrán estar en comunicación con el campamento siempre que lo deseen, en los números que les serán facilitados.
- Para no romper el ritmo de las actividades, no se podrá visitar a los campers durante el transcurso de campamento.
- Se mantendrá en todo momento un espíritu de buena convivencia y respeto hacia los demás: compañeros, monitores y demás trabajadores del centro, así como con cualquiera con quienes nos encontremos en las salidas del campamento.
- Es importante cuidar el entorno en el que vamos a vivir, manteniendo nuestras cosas en orden: habitación, pertenencias, etc.; haciendo buen uso de las instalaciones. Es crucial el respeto a la naturaleza que nos rodea y al entorno en el que nos encontremos en cada momento.
- Para que todo el mundo pueda disfrutar igualmente de todas las actividades programadas, es muy importante tener puntualidad en los horarios marcados.



NORMATIVA-CONVIVENCIA



- Los campers nunca deben tener consigo los fármacos o medicamentos que precisen. En caso necesario, se le entregarán a la dirección del campamento y el responsable del botiquín será quien administre a cada uno las dosis prescritas por el médico.
- Debido a que los participantes van a recibir los aportes alimenticios y calóricos adecuados para el correcto desarrollo de las actividades y ejercicios que van a realizar constantemente, no se permitirá el consumo de alimentos o bebidas traídos de fuera del campamento, a excepción de las consumiciones que se adquieran bajo supervisión de los monitores durante el trascurso de las excursiones, o en los casos justificados por dieta especial. Cualquier consumición que a juicio del coordinador de campamento, pueda generar falta de apetito en las comidas establecidas o pueda provocar problemas alimentarios de cualquier índole, será recogidos de inmediato.
- Los campers no manejarán dinero en efectivo. Se les podrá abrir una “cartilla de Campamento” al realizar la inscripción. Su monitor encargado será el responsable de entregarles las cantidades que precisen en las excursiones u otras ocasiones en que puedan hacer uso de ello, nunca dentro del recinto del campamento o instalaciones adscritas al mismo.
- No estará permitido el uso de teléfonos móviles fuera de los horarios establecidos para llamar a los padres. De tal manera que los terminales serán recogidos a la llegada al campamento. En los horarios establecidos para llamadas, se les entregarán y una vez realizadas las llamadas se volverán a recoger.
- Puesto que el objeto de este campamento es la convivencia y las relaciones humanas, se desaconseja que los campers lleven videoconsolas, video juegos, reproductores de música, ordenadores, tabletas y otros aparatos electrónicos que puedan interferir en el ritmo de las actividades. Ya que su uso no está permitido en el campamento, el coordinador estará autorizado a retenérselo.

**¡GRACIAS!
POR CONFIAR EN NUESTRO
EQUIPO!**



**CAMPAMENTOS
ROLAR**

¡Consúltanos tus dudas!



(+34) 692 288 707

campamentos@rolar360.com

Visita nuestra web www.rolar360.com