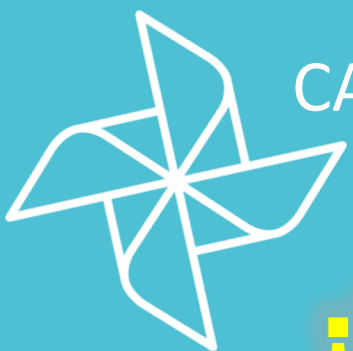




CAMPAMENTOS
ROLAR

¡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 24 de junio hasta el 5 de agosto

Consulta las fechas y reserva tu plaza

www.rolar360.com





Campers desde 8 hasta 14 años

TURNO	FECHAS	PRECIO
1º	del 24 de junio al 1 de julio	465,00 €
2º	del 1 al 15 de julio	795,00 €
3º	del 15 al 29 de julio	795,00 €
4º	del 29 de julio al 5 de agosto	455,00 €

Incluye

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

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

*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.

Valores

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

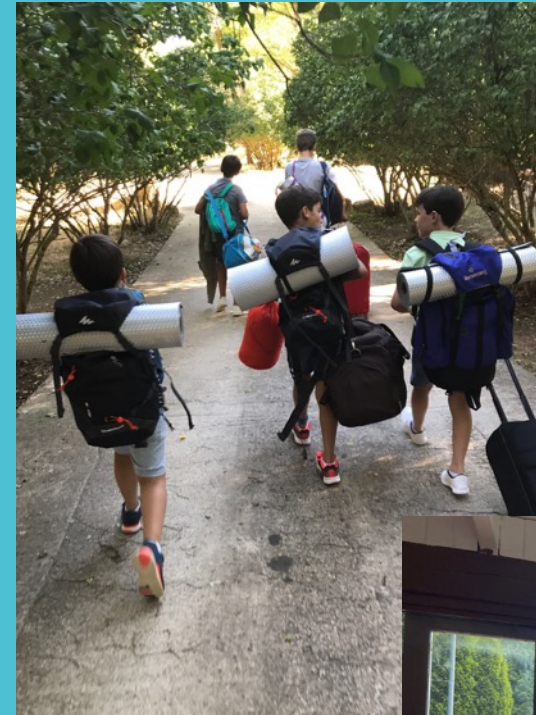
La metodología de los campamentos **ROLAR** se pone en marcha a través de **actividades deportivas y multidisciplinarias** con el fin de potenciar en cada niño aquellas capacidades más desarrolladas y entrenar las menos desarrolladas.

Actividades como:

Juegos de imitación

Dinámicas grupales

Juegos de atención



METODOLOGÍA



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

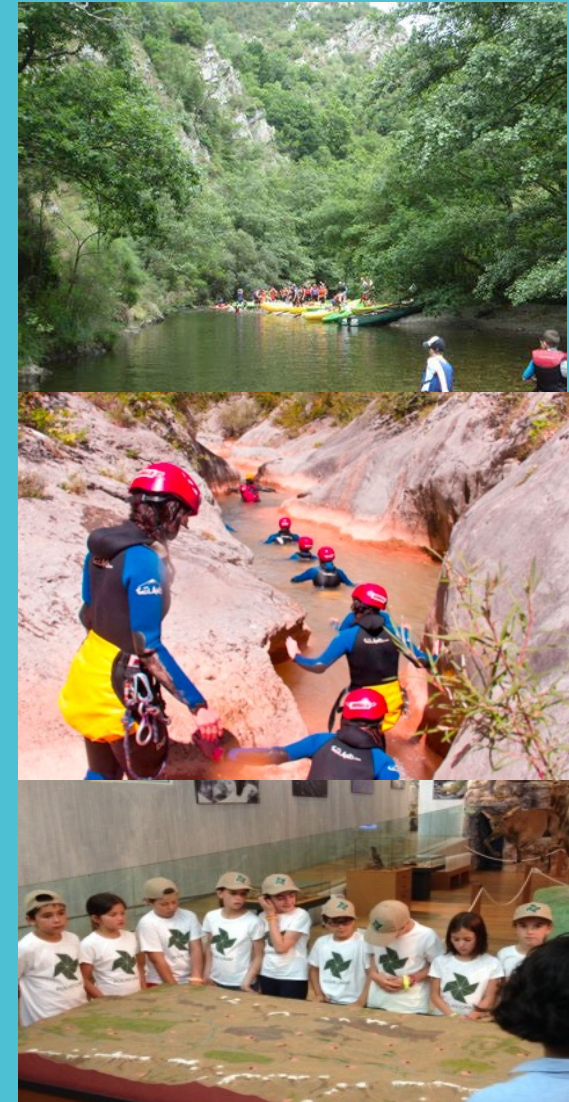
Además de una amplia lista de **actividades y deportes**
Todas ellas guiadas por nuestros estupendos monitores de Ocio
y Tiempo libre titulados y con amplia experiencia.

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

Interesantes excursiones para no perdernos nada

COMILLAS



FUENTE DÉ



SANTILLANA DEL MAR



CUEVAS DE EL SOPLAO

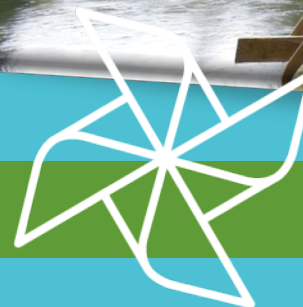


RUTA FLUVIAL DEL NANSA



*En cada turno se realizan dos de estas excursiones.

EXCURSIONES





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.

El 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	DÍA 7
COMIDA		Menestra de verduras Albóndigas en salsa Fruta	PIC-NIC	Judías verdes Macarrones con atún Fruta	Cocido montañés Lenguados con ensalada Tarrina de helado	Ensalada mixta Espagueti boloñesa Yogurt	PIC-NIC
CENA	Guisantes con jamón Libritos de lomo Fruta	Hamburguesa de pescado Patatas fritas Tarrina de helado	Ensalada Salchichas frankfur Fruta	Sopa de fideos San Jacobos con ensalada Yogur	Crema de calabacín Tortilla de patata Macedonia	Ensalada de atún y garbanzos Fruta	Crema de zanahorias Pollo asado Natillas
	DÍA 8	DÍA 9	DÍA10	DÍA 11	DÍA 12	DÍA 13	DÍA 14
COMIDA	Gazpacho Guiso de ternera Fruta	Lentejas con verduras Merluza en papillote Tarrina de helado	PIC-NIC	Arroz con tomate Salchichas con puré de patata Flan	Ensalada campera Muslos de pollo patatas Natillas	PIC-NIC	Judías verdes con jamón Merluza marinera Fruta
CENA	Ensalada mixta Aros de calamares y nuguets Yogurt	Menestra de verduras Albóndigas en salsa Fruta	Crema de calabacín Croquetas y empanadillas Macedonia	Ensaladilla rusa Bacalao a brass Fruta	Tortilla francesa, ensalada, finguers de queso Yogourt	Sopa de verdura Lomo plancha Flan	Hamburguesas completes con patatas fritas Tarta de despedida

* Menú sujeto a disponibilidad de género en cada momento.

- El desayuno constará de zumo, leche, cacao, cereales, pan con mantequilla o bollería.
- A la hora de la merienda se pondrá a disposición fruta y sandwiches variados.
- Los picnics constarán de botellín de agua, dos bocadillos y fruta.
- El día de salida se les entregará picnic.

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

Con el fin de integrar a todos en un gran equipo, tanto los monitores como los campers, llevarán la misma equipación en las salidas. Se entregará en el momento de formalizar la inscripción.

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 transcurso 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