



**Con Un Par De Ruedas**  
Escuela de Ciclismo **MTB**

## **Campus de Verano Los Negrales 2017**

- 25 de junio al 1 de julio,
- 2 al 8 de julio,
- 9 al 15 de julio,
- 16 al 22 de julio,
- 23 al 29 de julio.

**¡Coge tu **bici** y ven a divertirte con nosotros!**



# ¿Qué vamos a hacer?

- **Objetivos** 3
- **Horarios y precios** 4
- **Actividades** 5
- **Veladas** 6
- **Localización** 7
- **Información** 8



**ConUnParDeRuedas**  
Escuela de Ciclismo **MTB**





# Objetivos

Campus dedicado a niños/as, que persigue mucho más que la simple realización de actividades al aire libre. Busca fomentar en los/as participantes, la convivencia, el respeto y el desarrollo de una serie de actitudes que les ayuden a formarse como personas.

En todas las actividades los monitores inculcarán entusiasmo por las tareas que se realizan, estimulando la curiosidad de los participantes, al mismo tiempo que provocan el diálogo y el trabajo en equipo.

Después de cada jornada, el equipo de monitores mantendrá una reunión para comentar y analizar el transcurso de las actividades y talleres realizados en ese día, contrastando los resultados con los objetivos previamente marcados y la solución a las incidencias que puedan haber surgido, planificando a su vez, las actividades programadas para la jornada siguiente. En el planteamiento de los objetivos de este campus, hemos tenido muy en cuenta las edades y el nivel de desarrollo de madurez de los/as participantes que asistirán al mismo.

Entre los objetivos fundamentales, destacan los siguientes:

- *Potenciar en los/as participantes la socialización, la interdependencia, así como el sentido de la responsabilidad individual y de grupo.*
- *Favorecer, mediante las actividades propuestas, el conocimiento del mundo natural, el proceso productivo de la naturaleza y la comprensión del universo.*
- *Hacer ver a los/as participantes qué valores, como la solidaridad y la cooperación, son fundamentales para una excelente integración social.*
- *Fomentar la capacidad de observación, la memoria y el sentido de la orientación, mediante juegos, actividades y explicaciones teóricas.*
- Fomentar el compañerismo y la convivencia, en un clima de respeto mutuo.

• *Fomentar actitudes como la autonomía, la responsabilidad, el respeto, la organización o el trabajo en equipo.*

• *Realizar juegos y actividades deportivas en contacto directo con la naturaleza interactuando correcta y activamente en ella.*

• *Y..., por supuesto, mejorar el nivel técnico, físico y mecánico de la bicicleta MTB.*

En definitiva: **¡Aprender divirtiéndose!**

Con un programa de actividades variado, enriquecido y bien diseñado, que persigue potenciar todas las cualidades de los chicos/as.



# Horarios y precios

Hora	Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
8:30	-	Arriba!	Arriba!	Arriba!	Arriba!	Arriba!	Arriba!
9:00	-	Desayuno	Desayuno	Desayuno	Desayuno	Desayuno	Desayuno
10:00 11:00	-	Ruta/Actividad	Ruta/Actividad	Ruta/Actividad	Ruta/Actividad	Ruta/Actividad	Entrega niñ@s
11:00 12:00	-	Ruta/Actividad	Ruta/Actividad	Ruta/Actividad	Ruta/Actividad	Ruta/Actividad	Entrega niñ@s
12:00 13:30	-	Ruta/Actividad	Ruta/Actividad	Ruta/Actividad	Ruta/Actividad	Ruta/Actividad	
13:30	-	Libre	Libre	Libre	Libre	Libre	
14:00	-	Comida	Comida	Comida	Comida	Comida	
15:00 16:00	-	Actividad 1	Actividad 1	Actividad 1	Actividad 1	Actividad 1	
17:00 17:30	-	Merienda	Merienda	Merienda	Merienda	Merienda	
17:30 18:30	-	Actividad 2	Actividad 2	Actividad 2	Actividad 2	Actividad 2	
18:30 19:30	Recepción niñ@s.	Actividad 2	Actividad 2	Actividad 2	Actividad 2	Actividad 2	
19:30 20:00	Juegos/Presentación	Actividad 2	Actividad 2	Actividad 2	Actividad 2	Actividad 2	
20:00 21:00	Juegos/Presentación	Duchas	Duchas	Duchas	Duchas	Duchas	
21:00	Cena	Cena	Cena	Cena	Cena	Cena	
22:00 23:30	Velada	Velada	Velada	Velada	Velada	Velada	



# Actividades

## Precio

- 272 €

**Alquiler de bicicleta:** Con el fin de hacer el desarrollo de la actividad lo más fácil posible, la escuela dispondrá de bicicletas para aquellos que así lo queráis. En este caso el precio se incrementa en **18 €**.

**Política de cobros y devoluciones:** La totalidad de las semanas reservadas del campus se abonarán en el momento de la inscripción mediante domiciliación bancaria o transferencia.

## Política de cancelaciones:

- 4 semanas antes del comienzo del campus se devolverá el 90% del importe abonado.
- 3 semanas antes del comienzo del campus se devolverá el 70% del importe abonado.
- 2 semanas antes del comienzo del campus se devolverá el 50% del importe abonado.
- 1 semana antes del comienzo del campus se devolverá el 30% del importe abonado.

## Descuentos:

- 5% de descuento en la segunda semana y 10% en la tercera y cuarta.
- 10% de descuento para alumnos de la Escuela de Mountain Bike.
- 10% de descuento a familias numerosas.
- Los descuentos no son acumulables. Se aplicará siempre el que resulte más ventajoso para el alumno.

## • Actividad 1

**Juegos Variados:** El objetivo de esta primera actividad es la de que el grupo esté lo más unido posible desde el primer día. Es una manera de que todos los participantes se integren a la hora de realizar cualquier actividad durante la estancia.

## • Actividad 2

**Humor Amarillo:** Nuestra genial *gymkhana* ambientada en el famoso programa de televisión. Los participantes tendrán que superar por equipos diferentes pruebas. Una combinación de habilidad y risa asegurada.

## • Actividad 3.

**Gymkhana de Pistas:** Ubicada en la arboleda de la instalación, el grupo se dividirá en dos equipos, los cuales tendrán que ir siguiendo las pistas para resolver un desafío previamente establecido. Ingenio, orientación y trabajo en equipo por partes iguales para llegar a ser los primeros en conseguir la solución del desafío.





#### • Actividad 4

**Taller de Mecánica:** Actividad para que desde los primeros días sepamos más sobre nuestra bici, y poder solventar algunas averías que puedan surgir en ruta, (salida de cadena, pinchazo...), lavar y limpiar nuestras bicicletas, altura correcta del sillín...etc.

#### • Actividad 5

**MasterChef:** Cada equipo gozará de los mismos ingredientes, y tendrán que decidir cuales combinan mejor entre sí para ganar el premio de «**ConUnParDeRuedasMasterChef**»

#### • Actividad 6

**Hundir la Bici:** Adaptación del juego «Hundir la Flota». Por equipos tendrán que fabricar una bici de cartón, que acabará como en el juego.

#### • Actividad 7

**Mario Car:** Cada participante fabricará en cartón su coche ideal. Esta *gymkhana* sigue las reglas

del videojuego, los participantes realizarán una «carrera» donde tendrán que superar las distintas pruebas para poder avanzar.

#### • Actividad 8

**Gymkhana Multideporte:** Los participantes podrán demostrar lo que valen en los torneos de los deportes propuestos. Los monitores también participaran con su propio equipo.

#### • Actividad 9

**Salvar al Huevo:** los participantes deberán fabricar un «artefacto». Una vez finalizado, los monitores meterán un huevo en el interior y, lanzándolo desde cierta altura, el huevo deberá sobrevivir a la caída.

#### • Velada 1

**Bingo:** Buena forma de conocerse. Este bingo no es el que todos conocemos, el modo de ganar es anotando las respuestas de las diferentes preguntas formuladas, (que su color favorito sea el azul, que tenga perro..., etc).

## Veladas

#### • Velada 2

**Fervor:** Concurso similar al de televisión, donde tecnología y participación hacen que sea como estar en los programas que a todo el mundo gustan.

#### • Velada 3

**One Minute to Win:** En equipo tendrán que superar diferentes pruebas de habilidad.

#### • Velada 4

**Cine de Verano:** Después de varios días de campus, es una forma de darles un merecido descanso (si el tiempo acompaña).

#### • Velada 5

**Concurso+premios+fiesta despedida:** Última noche donde podrán demostrar sus talentos (cantar, bailar, contar chistes...), recibir los premios de la semana, y escuchar música para terminar.





# Localización

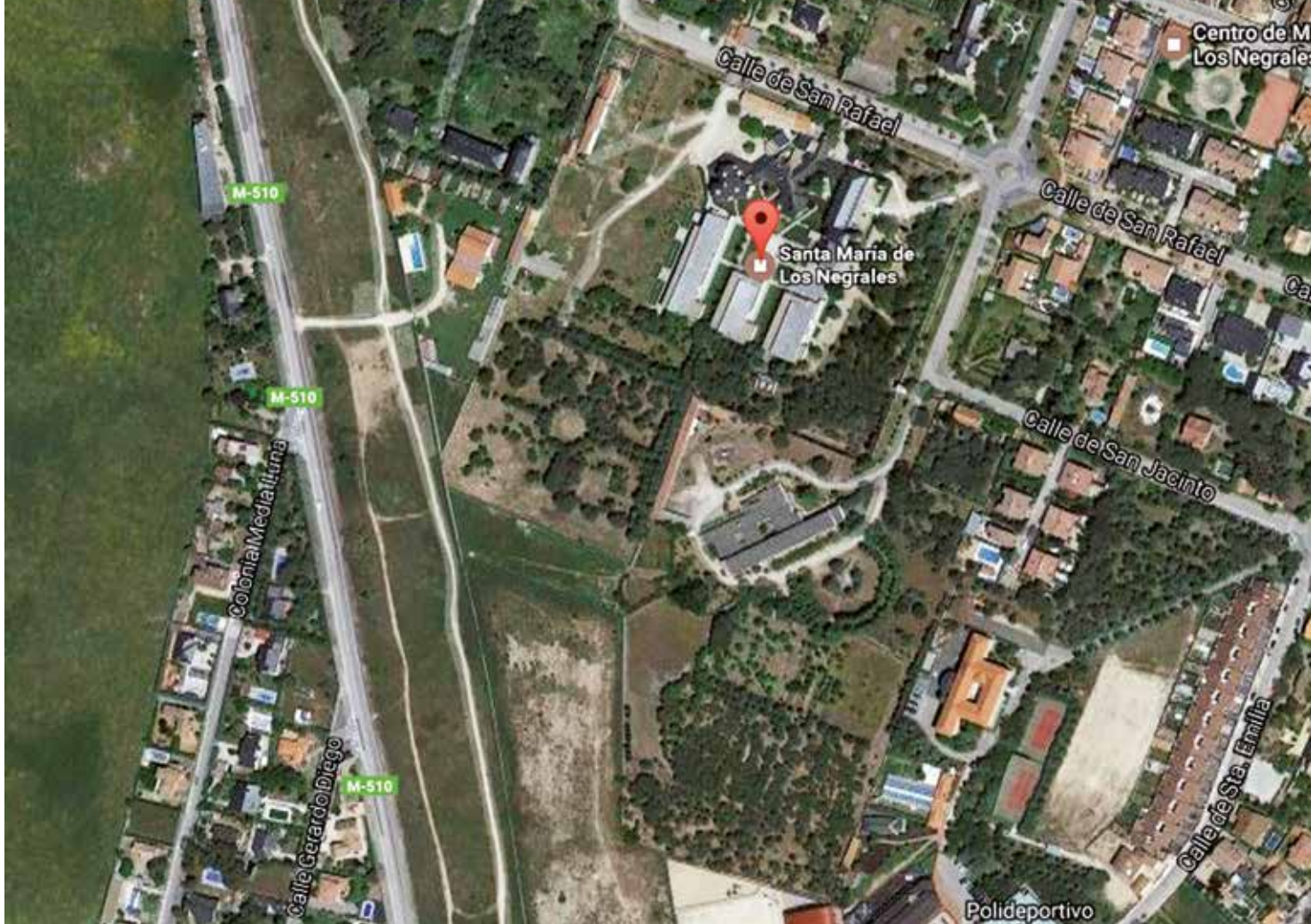
El Centro Cultural Santa M<sup>a</sup> de Los Negrals se encuentra en la sierra de Madrid cerca de los principales municipios de la sierra norte como: Guadarrama, Moralzarzal, Navacerrada, Alpedrete, San Lorenzo del Escorial, Los Molinos, Cercedilla, Collado Mediano...

**Dirección:** S. Pedro Poveda, 2. 28430 Los Negrals. Madrid.

## Forma de llegar:

• **Desde Madrid: A6, salida 42**, dirección «Guadarrama». En la primera rotonda tomar dirección Galapagar. En la segunda, tomar dirección «Villalba». Seguir la calle Reina Victoria y tomar la tercera salida a la derecha (calle S. Luis). En la glorieta del Carmen girar a la derecha y en la calle S. Rafael 2 está la entrada al parking «Sta. M<sup>a</sup> Las Torres».

• **Desde otros destinos: A6, salida 43**, En la rotonda, tomar dirección «Villalba». Seguir por la Calle Reina Victoria y tomar la tercera salida a la derecha (calle S. Luis). En la glorieta del Carmen girar a la derecha y en la calle S. Rafael 2 se encuentra la entrada al parking «Sta. M<sup>a</sup> Las Torres».







**Con Un Par De Ruedas**  
Escuela de Ciclismo **MTB**



### Información:

- [www.conunparderuedasmtb.es](http://www.conunparderuedasmtb.es)
- [@conunparderuedas](https://www.facebook.es/conunparderuedas)
- @escuelaMTB
- [info@conunparderuedasmtb.es](mailto:info@conunparderuedasmtb.es)
- T.: +34 639 945 102

**Francisco de Asís Caurcel Rodríguez**  
*Director Nacional Deportivo de Ciclismo*

