



¡Bienvenid@ al Curso de Inglés, Náutica  
y Multiaventura 2020.  
Junta de Castilla y León  
Instituto de la juventud  
Centro de Turismo "El Guijo". Guijo de  
Ávila. Salamanca.

---

Querid@ amig@:

¡Bienvenido al campamento! Próximamente vas a vivir un montón de experiencias nuevas, con nuevos compañeros / amigos, en contacto directo con la naturaleza.

Con nosotros, tus monitores/as y profesores/as, compartirás y aprenderás nuevos juegos en la naturaleza, conocerás el entorno y podrás practicar actividades náuticas y de multiaventura muy variadas.

A lo largo de esta breve guía os daremos a conocer, a ti y a tus padres o tutores, cómo se van a desarrollar las actividades de formación y ocio dentro del campamento.

¡Déjate guiar!

### Monitores y Profesores

El monitor/a es la persona que, siendo responsable de que lo pases genial, también disfrutará enseñándote un montón de cosas.

En él puedes y debes confiar. Antes de ser monitor/a, fue de campamento como tú y conoce perfectamente lo que puedes sentir y necesitar en cada momento, por ello no dudes en contárselo.

Recuerda que te acompañará desde el comienzo hasta el final del campamento.

¡Confía en él!



## Comidas

Las comidas son obligatorias y serán cuatro al día: desayuno, media mañana, comida, merienda y cena.

Piensa que la comida es el combustible que necesita nuestro cuerpo para poder disfrutar de todas las actividades programadas. Si tienes energía podrás disfrutar completamente de todas ellas.

La comida en el campamento no es ni mejor ni peor que la de casa, sino diferente. Si llevas una dieta especial o tienes algún tipo de alergia alimenticia, deberás aportar un informe.

No olvides lavarte las manos antes de comer, ni los dientes después de cada comida.

## Teléfono y comunicación

- **SÓLO EN CASO DE URGENCIA**, pueden ponerse en contacto con el director del curso en el teléfono **606 344373 (Fernando)**.
- En el caso de que los participantes dispongan de teléfono móvil éste será recogido por los monitores y sólo se entregará de 20:00 a 21:00 horas para que puedan realizar o recibir llamadas.
- Los participantes que no dispongan de teléfono móvil podrán, en este mismo horario, ponerse en contacto con sus padres a través de un teléfono fijo gratuito ubicado en la propia Instalación. Desde este teléfono sólo se pueden realizar llamadas en este mismo horario. Las llamadas entrantes no serán atendidas.
- Os pedimos que restrinjáis el número de llamadas a vuestros hijos teniendo en cuenta la corta duración del curso y la multitud de actividades previstas. Tenéis que entender que es contraproducente llamarles a todas horas, la experiencia demuestra que es precisamente en esos momentos cuando añoran su casa y se ponen tristes, aunque, en realidad, se lo estén pasando en grande.

## ¡Para hacer el Viaje!

El Instituto de la Juventud pone a disposición de los participantes un servicio de autobús gratuito y opcional sólo desde Valladolid. Si deseas utilizar este servicio deberás indicarlo en la ficha de confirmación y en caso de no haberlo indicado deberás comunicarlo lo antes posible al Instituto de la Juventud (Teléfono: 983 317258).

### INCORPORACIÓN:

- **EN AUTOBÚS:** El participante podrá incorporarse por medio del autobús que el Instituto pone a su disposición en Valladolid el mismo día de comienzo del curso, en la Institución Ferial de Castilla y León (Avda. Ramón Pradera, s/n), a las **11,00 horas**.
- **POR SUS PROPIOS MEDIOS:** De no haber optado al servicio de autobús, el participante se incorporará directamente por sus propios medios en la Instalación, “Centro de Turismo el Guijo” Camino del Río s/n, 37774 Guijo de Ávila (Salamanca), el mismo día de comienzo del curso de **12,30 a 13,00 horas**.

El participante deberá portar la documentación correspondiente de su seguro de asistencia médica, tarjeta sanitaria de SACYL o seguro particular.

En caso de no poder incorporarse a la hora indicada, deberá notificarlo con anterioridad al teléfono 983 317258.

### REGRESO

- **EN AUTOBÚS:** Salida desde el Guijo de Ávila (Salamanca) a las **11.00 horas** y llegada a Valladolid en la Feria de Muestras (Avda. de Ramón Pradera) a las **12.30 horas**.
- **POR SUS PROPIOS MEDIOS:** Aquellos padres que recojan a sus hijos directamente en el Centro de Turismo El Guijo deberán hacerlo entre **10.00 y 11.00 horas**. En caso de que el participante no sea recogido por el padre, madre o tutor deberá comunicar esta circunstancia a los responsables de la actividad presentando la persona autorizada para recogerlos, la correspondiente acreditación y autorización para el abandono de la actividad. La autorización se puede descargar desde esta misma web.

### Atención Médica y medicamentos. Observaciones médicas, alergias, regímenes alimenticios....

En cada instalación contaremos con personal que se encargará, en caso de enfermedad o accidente, de prestar los primeros servicios.

Si tienes alguna alergia, enfermedad o sigues algún tratamiento, lleva informe médico y la medicación necesaria para todos los días que dura el campamento. Se hará entrega de dicha medicación escribiendo en la caja el nombre del participante y la posología al personal responsable en la salida de autobuses o en la propia instalación.

En caso de no haberlo indicado en la ficha de confirmación deberán comunicar cualquier observación médica, alergia, intolerancia.... lo antes posible al teléfono 983 317258 del Instituto de la Juventud.

Si no te encuentras bien comunícaselo a tu monitor/a y él se encargará de atenderte.

No olvides ORIGINAL o FOTOCOPIA de la tarjeta de la Seguridad Social o mutua correspondiente.

### Dinero de Bolsillo y objetos personales

A la llegada al campamento y una vez organizados los grupos, cada monitor/a recogerá tu dinero si así lo deseas y se establecerá un servicio de “banco” concretando los días que podrás solicitar dicho dinero. No aconsejamos llevar grandes cantidades. Te recomendamos aproximadamente 15€/20€ para un campamento de 7 días.

Asimismo, no recomendamos llevar cosas de gran valor como cámara de fotos, reloj, videojuegos, teléfonos móviles, mp3, discman, etc. TRACKER TOURS NO se hará responsable en caso de pérdida o deterioro.

### Equipaje Recomendado

Intenta hacer la maleta tú mismo o por lo menos estar presente cuando te la hagan, así sabrás lo que llevas.

Recuerda que vamos de campamento, por lo que la ropa será cómoda, no de mucho valor y **deberá ir marcada.**

Hay varios sistemas para el marcado, utiliza el que te resulte más fácil y familiar. No daremos una lista cerrada, lleva lo que creas conveniente pero te recomendamos:

- Camisetas
- **Saco de dormir:** se duerme en literas en las que se ofrece por parte de la empresa sábana bajera, almohada con su funda y manta pero es más cómodo para los niños llevar su saco de dormir.
- Calcetines
- Pantalones cortos y alguno largo
- Ropa interior para 7 días
- Jersey y chubasquero
- Pijamas
- Ropa de deporte: chándal, bañadores y dos pares de zapatillas de deporte
- Toallas de ducha y piscina
- Chanclas, cangrejas, cantimplora, linterna, gafas de sol y gorra.

## Aseo Personal

Recuerda que para una buena convivencia es fundamental que exista una buena higiene y aseo personal.

### No olvides:

- Gel de Baño
- Colonia
- Champú
- Crema de alta protección solar
- Jabón de manos
- Cacao para los labios
- Cepillo y pasta de dientes
- Repelente de insectos
- Peine o cepillo para el pelo
- Crema hidratante

## Actividades deportivas, Excursiones...

Nuestros campamentos cuentan con instalaciones de todo tipo para la práctica de tus deportes favoritos.

Podrás jugar al fútbol, baloncesto, voleibol, natación, hacer rapell, tiro con arco, piragua, escalada, etc.

Además realizaremos todo tipo de talleres de manualidades, expresión corporal, sendas ecológicas y medioambientales, concursos, todo tipo de juegos tradicionales, bailes y canciones, veladas nocturnas, excursiones, senderismo, orientación, etc.

## Normas de convivencia

- No podrás abandonar la instalación sin el permiso de tu monitor/a.
- No está permitido el consumo de tabaco, bebidas alcohólicas u otras sustancias.
- No está permitido cualquier tipo de comportamiento violento ya sea físico o psíquico, maltrato o daño mal intencionado a las instalaciones o al personal.
- Todas las comidas son obligatorias. Si sigues algún tipo de dieta o eres alérgico a cualquier alimento, es imprescindible que lo comuniques en la hoja de inscripción.
- Durante el día, evita en lo posible entrar en las habitaciones, a no ser que sea necesario. Procura tener tus cosas en orden y con limpieza.
- Cuida el entorno y respeta las normas de convivencia. No tires cosas al suelo.
- La asistencia a clases o actividades es obligatoria, salvo problemas concretos y justificados. Deberás ser puntual.
- Está **TOTALMENTE PROHIBIDO** salir de la instalación, a no ser que vayas de excursión o a realizar cualquier tipo de actividad fuera de ella. En estos casos siempre te acompañarán tu monitores/as o tu personal del campamento o de la organización.

- No está permitida la posesión de objetos punzantes y/o cortantes.
- No realizarás u organizarás actividades por tu cuenta sin el asesoramiento de monitores/as o coordinadores/as.

Cualquier incumplimiento reiterado y flagrante de estas normas podrán conllevar medidas disciplinarias que pueden ir desde el aviso hasta la expulsión de la actividad.

### Visitas y recogidas

Las visitas de familiares y amigos están permitidas aunque con frecuencia suponen un obstáculo para el participante que las recibe ya que pierde el ritmo de actividades del resto de sus compañeros y debe volver a superar la separación de quienes le visitan.

Esto en el caso de participantes de pequeña edad que no están acostumbrados o es su primer campamento hace que se descentren cuando además esta visita suele producirse en momentos en los que el campamento está funcionando. La decisión es vuestra.

Sólo los padres o tutores pueden autorizar la visita de un familiar o amigo. En cualquier caso deberá avisarse con antelación y evitar la coincidencia con actividades en las que el grupo se ausente de la instalación.

Sólo podrán recoger a los participantes aquellas personas autorizadas en la hoja de inscripción, indistintamente de las circunstancias. Nadie podrá llevarse a ningún participante sin autorización por escrito del padre, madre, tutor/a y en caso de separación de quien tenga adjudicada judicialmente la custodia. Estas normas se adoptan pensando en la seguridad de sus hijos.

### Blog

La empresa pone a su disposición un blog de carácter privado donde diariamente colgarán fotos y un breve texto, a modo de diario de estancia, para que sólo y exclusivamente los padres, madres o tutores del participante, puedan seguir la actividad.

**La dirección del blog para estos cursos es:**  
**<https://inglesynautica2020.wordpress.com>**

**El acceso al mismo será facilitado mediante contraseña por el Instituto de la Juventud de la Junta de Castilla y León.**

Esperamos que toda esta información haya sido de tu interés, no obstante, si necesitas alguna aclaración ponte en contacto con nosotros.

¡Muchas gracias y un saludo!

---

# Dirección postal de la instalación

**CT EL GUIJO.**

**CAMPAMENTO INGLÉS EN LA NATURALEZA**

**CAMINO DEL RÍO S/N**

**37774 GUIJO DE ÁVILA (SALAMANCA)**



# **norak**