

RAYASPORT 1 - CÓDIGO A-7

ALBERGUE JUVENIL "SANTA MARÍA DE GUADALUPE"

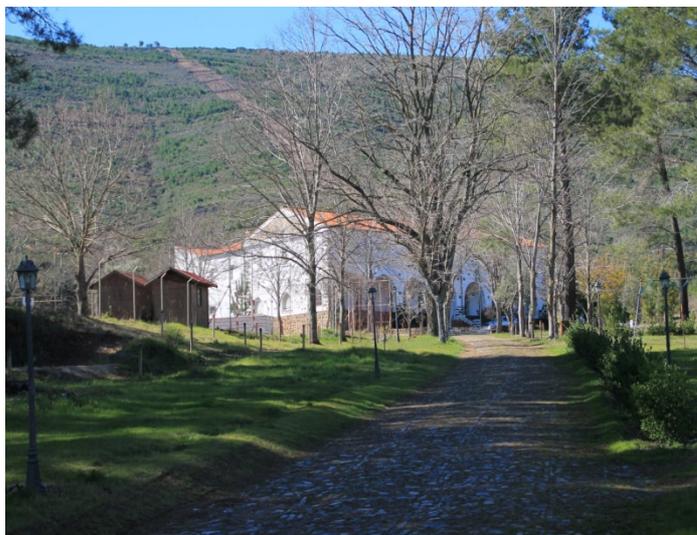
PUERTO ROQUE, N-521, KM-150,50 - 10500 - VALENCIA DE ALCÁNTARA (CÁCERES)

TELÉFONO:	927-028-516
MODALIDAD:	Deportiva
FECHA:	22 al 29 de julio
EDAD:	10-12 AÑOS Siempre que hubiesen cumplido los 10 años al inicio de la actividad
COMPARTEN:	Extremeños

DESCRIPCIÓN DE LA INSTALACIÓN:

El Albergue está construido en el enclave natural de Puerto Roque, N-521, km. 150,50 ubicado en medio de un gran pinar y a tan solo 1 km de Portugal. En cuanto a la instalación cuenta con:

- Pistas deportivas
- Cuartos de baño
- Comedor
- Sala de televisión
- Sala de usos múltiples
- Cocina
- Enfermería
- Piscina.



ACTIVIDADES:

- Realización de actividades relacionadas con la práctica de deportes al aire libre.
- Itinerarios medioambientales.
- Actividades deportivas
- Trekking y rutas.
- Excursiones y visitas de interés cultural y turístico a Portugal.
- Animación, talleres.
- Juegos y veladas

*** Es imprescindible saber nadar.**

COSAS QUE HAY QUE TRAER AL CAMPAMENTO

- Calzado cómodo deportivo. Evitar traer calzado nuevo
- Calcetines y mudas
- Pantalones cortos, Pantalones largos (deportivos, mallas, etc.)
- Sudaderas o parte superior chándal
- Camisetas en cantidad
- Bañadores, chanclas
- Toalla grande para la ducha y piscina
- Gorro o gorra para el sol, Cantimplora
- Bolsa o neceser de aseo (cepillo y pasta de dientes, repelente mosquitos, gel de ducha, champú, pañuelos de papel, crema labios, cepillo o peine pelo, esponja, crema solar, etc.)
- Linterna con pilas de recambio
- Bolsa para la ropa sucia
- Mochila tamaño mediano, para llevar a las marchas
- Saco de dormir y esterilla.

1. ATENCIÓN MEDICAMENTOS.

- *Deberán de llevar los medicamentos dentro del equipaje. Los/as monitores/as los pedirán al llegar al albergue. La bolsa de medicamentos deberá ir acompañada de un informe de prescripción médica con indicaciones, tomas o instrucciones. Los participantes no deben llevar ningún medicamento con ellos si no tienen prescripción médica.*

2. DOCUMENTACIÓN NECESARIA:

- *Documento Nacional de Identidad y tarjeta de la Seguridad Social o tarjeta de seguro médico privado.*

3. RECOMENDACIONES. NO LLEVAR:

- *Si el participante tiene teléfono móvil y lo trae, estará sujeto al buen uso del mismo, el cual tendrá horario de uso restringido. **La instalación no se hace cargo de rotura, pérdida o robo***
- *Grandes cantidades de dinero*
- *Objetos de valor*



INFORMACIÓN GENERAL

INSTITUTO DE LA JUVENTUD DE EXTREMADURA

Teléfono Joven: 900-500-800

Ana María: 924-008-175

[PÁGINA WEB:juventudextremadura.juntaex.es](http://juventudextremadura.juntaex.es)