



FINCA "LA ESGARAVITA" ALCALÁ DE HENARES (MADRID)

El Campamento de La Molineta está ubicado en la finca La Esgaravita, situada en la localidad de Alcalá de Henares (Calle Finca la Esgaravita SN, Alcalá de Henares).

| | |
|---------------------------|-------------------------------------|
| FECHA DEL CAMPAMENTO | Del 14 al 21 de julio de 2024 |
| EDAD DE LOS PARTICIPANTES | Nacidos en 2012, 2013, 2014 y 2015 |
| Nº DE PLAZAS | MÍNIMO: 25 MÁXIMO: 39 |
| ALOJAMIENTO | ALBERGUE CON CAMAS LITERAS |
| CONCESIONARIO | CAMPAMENTOS DEL VALLE DE ANDARAX SL |

INSTALACIONES:

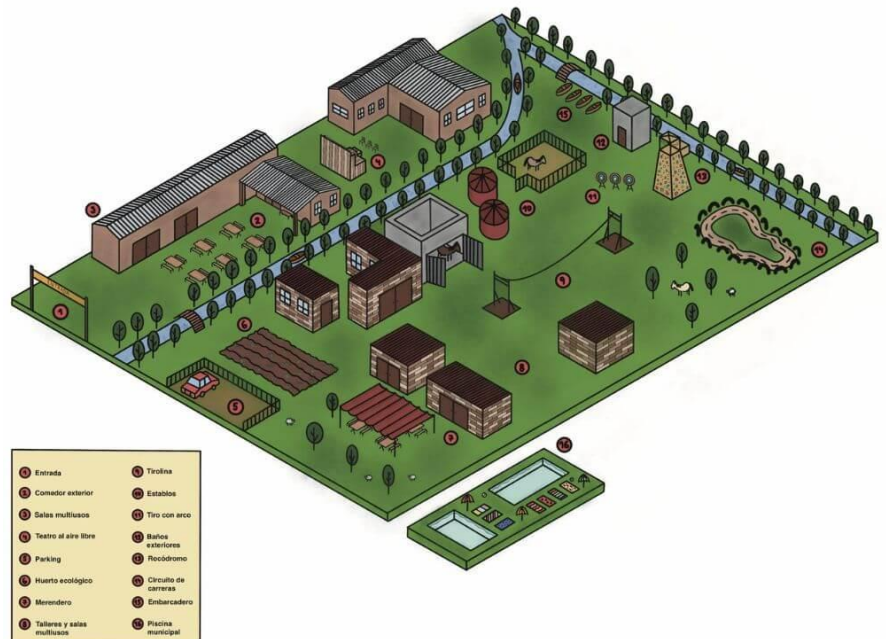
Albergue con camas literas, que cuenta con cocina y comedor propio, además de amplias salas y cabañas multiusos.

Dispone de espacios Multiaventuras en exclusiva como rocódromo, tirolinas, rappel, tiro con arco y circuito mixto.

Además, cuenta con embarcadero privado con acceso directo al río Henares, el lugar ideal para hacer actividades relacionadas con kayak y barcas (carreras, guerras piratas, etc.).

El campamento cuenta con una granja propia, donde se organizan actividades con animales de todo tipo (caballos, vacas, cerdos, patos, conejos, etc.).

Mapa de las instalaciones





Ayuntamiento de
MAJADAHONDA

ACTIVIDADES:

El campamento centra su programación en actividades tematizadas de Multiaventuras, incluyendo actividades deportivas y acuáticas como complemento.

Las actividades Multiaventuras contienen: Tiro con arco, Tirolinas, Paintball, Escalada en rocódromo, Rappel y Gymkhanas multitemáticas.

En cuanto a las actividades deportivas, se realizan deportes de equipo como fútbol, vóley, hockey y rugby-cinta.

Además, se organizan multitud de actividades acuáticas, muy necesarias por las fechas del campamento, tales como kayak, barcas, carreras acuáticas y, por supuesto, acceso a la piscina.

Además, por las noches se organizan veladas nocturnas llenas de entretenimiento como furor, concursos al estilo «Got Talent», una emocionante fiesta de despedida, o los juegos de escape room.

1.- DEPORTES DE AVENTURAS

ESCALADA EN ROCÓDROMO Y TIROLINAS

- Conocer y practicar con seguridad un deporte de montaña.
- Practicar una actividad que combina el control del cuerpo y la mente.
- Potenciar el espíritu de superación.
- Desarrollar nuestra capacidad para enfrentarnos a situaciones imprevistas que nos puedan suceder.



ORIENTACIÓN

- Participar en una actividad deportiva respetuosa con el medio ambiente.
- Aprender a orientarnos en la montaña con medios naturales (árboles, sol, luna, sombras, etc.).
- Adquirir destrezas cartográficas: localizar elementos del territorio en el mapa, orientar o interpretar el mapa frente a la realidad.



Ayuntamiento de
MAJADAHONDA

- Aprender a manejar el mapa y la brújula.
- Aprender conceptos, técnicas y tácticas de orientación que nos permitan movernos con seguridad por el medio natural.
- Identificar nuestra posición y puntos de referencia.
- Conocer los principios básicos de seguridad.

TIRO CON ARCO

- Conocer los aspectos técnicos y reglamentarios de este deporte.
- Tomar las medidas de seguridad necesarias para llevar a cabo las clases.
- Aprender la actividad física como medio para el disfrute y mejora de la salud corporal.
- Valorar, aceptar y tomar conciencia de la propia habilidad deportiva y la de los demás.

2.- ACTIVIDADES EN LA GRANJA

PASEOS A CABALLO, GALLINERO Y ESTABLO

- Conocer los distintos animales que forman parte del entorno rural.
- Descubrir la importancia de los animales en la vida tradicional del campo.
- Adquirir conocimientos sobre el cuidado y las necesidades de los diferentes animales domésticos.
- Descubrir la relación con otros seres vivos.



HUERTO

- Conocer el proceso de plantación, crecimiento, cuidados y recolección de la agricultura ecológica.
- Iniciarse en las tareas básicas necesarias para cultivar la tierra.
- Valorar las relaciones entre el medio natural y las actividades humanas.
- Conocer el proceso de crecimiento de algunas especies hortícolas.



3.- ACTIVIDADES ACUÁTICAS Y DE PISCINA

- Descubrir el juego acuático como un medio para realizar actividad física.
- Valorar los recursos relacionados con el agua como formas de disfrute y de relación.
- Aprovechar el tiempo libre disfrutando de los recursos que nos ofrece el entorno.
- Disfrutar de un día de piscina.
- Sensibilizar sobre la necesidad del agua en nuestras vidas.

4.- SENDERISMO

OBSERVACIÓN DE LA FLORA

- Conocer los efectos beneficiosos de las plantas.
- Fomentar la sensibilidad para disfrutar y valorar el patrimonio natural.
- Reconocer el gran valor que supone la existencia de paisajes vegetales bien conservados, tanto para nuestra calidad de vida como para la de otros seres vivos.
- Comprobar la sensibilidad de las plantas a las condiciones ambientales.

OBSERVACIÓN DE LA FAUNA

- Valorar la importancia que tienen todos los animales para mantener el equilibrio de los ecosistemas.
- Fomentar el cuidado y la preocupación por los animales.
- Desarrollar técnicas de trabajo encaminadas a establecer hipótesis sobre la existencia de determinados animales en función de los indicios encontrados: huellas, excrementos, nidos, plumas, etc.
- Determinar los animales según su tipo de alimentación.
- Estudiar cómo se adaptan al hábitat en el que se encuentran.
- Analizar la influencia que tenemos las personas sobre las costumbres y hábitos de los distintos animales.

DESCUBRE UN TESORO COMO EL AGUA

- Estudiar las características de los ecosistemas asociados al agua.
- Valorar la importancia que tiene el agua para la vida.
- Conocer la flora y la fauna asociadas a este tipo de ecosistemas, adaptaciones y funciones que realizan.
- Analizar la influencia de las personas en las costumbres y hábitos de éstos.
- Conocer los principales habitantes del bosque de ribera y aprender a reconocerlos.



5.- ACTIVIDADES NOCTURNAS

- Disfrutar con la realización de juegos nocturnos.
- Fomentar la cohesión grupal.
- Potenciar la participación de los alumnos.
- Desarrollar la imaginación.
- Valorar la ayuda mutua y el trabajo en equipo.

MODELO DE PROGRAMACIÓN

| CALENDARIO SEMANAL | | | | | | | | | |
|--------------------|--------------------------------------|----------------------------------------------|----------------------------------------------|----------------------------------------------|----------------------------------------------|----------------------------------------------|------------|--------------------------------------------------|--|
| | DOMINGO | LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES | SÁBADO | DOMINGO | |
| 08:30 - 09:00 | ¡BUENOS DÍAS LA MOLINETA! | | | | | | | | |
| 09:00 - 09:40 | ¡A DESAYUNAR! | | | | | | | | |
| 09:40 - 11:00 | BIENVENIDA (10:00 - 13:00) | ACTIVIDAD MULTIAVENTU RA / ANIMALES | ACTIVIDAD MULTIAVENTU RA / ANIMALES | ACTIVIDAD MULTIAVENTU RA / ANIMALES | ACTIVIDAD MULTIAVENTU RA / ANIMALES | ACTIVIDAD MULTIAVENTU RA / ANIMALES | GRAN JUEGO | DESPEDIDA SALIENTES Y BIENVENIDA NUEVOS | |
| 11:00 - 13:00 | DINÁMICAS + EXPLICAR NORMAS | | | | | | | | |
| 13:00 - 14:00 | | | | | | | | | |
| 14:00 - 14:45 | ¡A COMER! | | | | | | | | |
| 14:45 - 15:30 | TLC* | | | | | | | | |
| 15:30 - 17:30 | GYMKHANA DE AGUA | PISCINA (CON MERIENDA) | | | | | GRAN JUEGO | INICIO SIGUIENTE SEMANA | |
| 18:00 - 18:15 | MERIENDA | | | | | | | | |
| 18:15 - 19:30 | ACTIVIDAD DEPORTIVA/A NIMALES | ACTIVIDAD DEPORTIVA/A NIMALES | ACTIVIDAD DEPORTIVA/A NIMALES | ACTIVIDAD DEPORTIVA/A NIMALES | ACTIVIDAD DEPORTIVA/A NIMALES | ACTIVIDAD DEPORTIVA/A NIMALES | | | |
| 19:30 - 20:15 | ¡DUCHAS! | | | | | | | | |
| 20:15 - 21:00 | ASAMBLEA DINÁMICA | | | | | | | | |
| 21:00 - 21:45 | ¡A CENAR! | | | | | | | | |
| 21:45 - 22:15 | TLC* | | | | | | | | |
| 22:15 - 23:30 | VELADAS** | | | | | | | | |
| 23:30 - 00:00 | PREPARACIÓN PARA DORMIR | | | | | | | | |
| 0:00 | ¡A DORMIR! | | | | | | | | |

*TLC: Tiempo Libre Contrido, donde los acampados eligen entre talleres, deportes, animales, etc.
 ** VELADAS: Islas, Furor, GOT TALENT, SCAPE ROOM, El Mago, cine de verano + VIVAC, Noche del terror (mayores y monis), FIESTA DESPEDIDA.
 ***GRAN JUEGO: Macro juego único ideado por nuestro equipo que mezcla actividades multiaventura, deportivas, acuáticas y gymkhanas.

ALIMENTACIÓN

Respecto de la manutención durante el campamento, se cuenta con cocina y comedores propios, con un equipo de más de 25 años de experiencia, y que ofrece platos caseros, siempre recién hechos y de alta calidad. Los menús se adaptan a las edades y necesidades específicas de los acampados (alergias, intolerancias o requisito alimentarios), sin que ello tenga ningún coste extra.

Se ofrecen diariamente cinco comidas: desayuno, almuerzo, comida, merienda y cena. Cada comida es parte de una dieta equilibrada y variada, diseñada por técnicos especializados en nutrición. Esta dieta se basa en la comida tradicional de la región, garantizando no solo sabor, sino también salud y bienestar para nuestros acampados.



Ejemplo de MENÚ

| MENÚ CAMPAMENTO | | | | | | | |
|------------------------|----------------------------------------------|----------------------------------------------------------|--------------------------------------------|-------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|
| | DOMINGO | LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES | SÁBADO |
| COMIDA | ARROZ CON TOMATE HUEVOS FRITOS HELADO | CREMA CALABACÍN HAMBURGUESA CON ENSALADA SANDÍA | LENTEJAS PESCADO YOGUR | GAZPACHO POLLO ASADO CON PATATAS FRUTA | MACARRONES CON TOMATE CARNE ASADA NATILLAS | PAELLA ENSALADA HELADO | ENSALADA DE JUDÍAS LOMO ADOBADO YOGUR |
| CENA | ESPAGUETIS CARBONARA ENSALADA YOGUR | SOPA DE FIDEOS FINGERS DE POLLO FLAN | ENSALADA CAMPERA SAN JACOBO FRUTA | ENSALADA ESPECIAL PIZZA COPA DE CHOCOLATE | GUISANTES CON JAMÓN TORTILLA DE PATATAS FRUTA | CARACOLAS AL PESTO PECHUGA DE POLLO YOGUR | CREMA DE ESPINACAS PESCADO SORBETE DE LIMÓN |

| | DOMINGO | LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES | SÁBADO |
|---------------|----------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|---------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| COMIDA | CREMA VERDURAS MERLUZA AL HORNO CON ENSALADA MELÓN | ENSALADILLA RUSA CROQUETAS YOGUR | LENTEJAS PESCADO HELADO | ARROZ BLANCO ALBÓNDIGAS NATILLAS | CREMA DE ESPINACAS LOMO EMPANADO FRUTA | MERLUZA REBOZADA ENSALADA COPA DE CHOCOLATE | ESPAGUETIS POLLO ASADO HELADO |
| CENA | ENSALADA DE PASTA SALCHICHAS FLAN | SOPA DE FIDEOS FILETES RUSOS FRUTA | JUDÍAS VERDES SAN JACOBOS FRUTA | SOPA JULIANA TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA YOGUR | PURÉ DE PATATAS CON SALCHICHAS ENSALADA FRUTA | HAMBURGUESA COMPLETA CON PATATAS HELADO | ARROZ TRES DELICIAS HUEVOS RELLENOS YOGUR |

DESAYUNOS: LECHE, COLA-CAO, ZUMO, GALLETAS, PAN TOSTADO CON MANTEQUILLA Y MERMELADA.
 ALMUERZO: FRUTA
 MERIENDAS: BOCADILLOS DE DIFERENTES EMBUTIDOS. BOLLLOS, ZUMOS Y BATIDOS.

NO ESTÁ INCLUIDO EL TRANSPORTE AL LUGAR DEL CAMPAMENTO

LO QUE INCLUYE EL CAMPAMENTO

- ❖ Alojamiento
- ❖ 5 comidas diarias
- ❖ Todas las actividades
- ❖ Supervisión 24 horas
- ❖ Coordinadores
- ❖ Monitores
- ❖ Seguro de Accidentes y Responsabilidad Civil





LISTADO DE MATERIAL NECESARIO

- ❖ DNI (si ya lo tiene)
- ❖ Tarjeta asistencia sanitaria (pública o privada)
- ❖ Medicinas (previo aviso a responsables del campamento).
- ❖ Macuto (Mochila grande).
- ❖ Esterilla.
- ❖ Saco de dormir.
- ❖ Ropa interior y calcetines de sobra.
- ❖ Ropa cómoda corta de sobra.
- ❖ Ropa cómoda larga (con 2 o 3 suficiente).
- ❖ Chubasquero.
- ❖ Calzado: Fuerte, Playera y Chanclas.
- ❖ Toalla
- ❖ Bañador.
- ❖ Crema Solar (importante).
- ❖ Gorra (importante).
- ❖ Neceser de Aseo.
- ❖ Cantimplora.
- ❖ Linterna.
- ❖ Ropa de Fiesta (bien guapos).
- ❖ Necesidades personales: Cuaderno, Brújula...
- ❖ Dinero de bolsillo (recomendamos no más de 30€)

