



# CAMPAMENTO INFANTIL DE DEPORTES DE MONTAÑA 2026

11 a 14 anos

Co obxectivo e ilusión de seguir formando aos nosos rapaces e rapazas no eido da montaña, desenvolveremos un campamento estival continuando o traballo comezado fai anos con nenos e nenas galegos, retomando as actividades formativas técnicas destinadas á mocidade.

**DATAS:** 17, 18 e 19 de xullo de 2026

**LUGAR:** Monte Aloia (Tui), Serra do Galiñeiro (Gondomar) e Melón (provincia de Ourense).

**PREZO:** 145€

- Inclúe:
  - Técnicos especialistas na materia
  - Transporte as actividades
  - 2 almozos, 2 xantares e 2 ceas.
  - Aloxamento no refuxio
  - Material técnico específico de orientación, escalada e barranquismo

**PRAZAS:** O número de prazas será de 16, cubríndose por estrita orde de inscrición.

**RATIO:** 1 técnico/a por cada 8 participantes (máis técnico/a especialista)

**DESTINADO A:** nenos e nenas federados/as que queiran iniciarse na realización de actividades técnicas de montaña, e que saiban nadar elementalmente.

**OBXECTIVOS:** Que os rapaces/zas coñezan, practiquen e adquiren destrezas nas diferentes actividades técnicas de montaña (Orientación, montañismo, escalada e barrancos), que aprendan as técnicas básicas que lles axuden a desenvolverse no medio natural coa maior autonomía e seguridade posible, que aprendan a respectar o medio onde se desenvolven estas actividades, e que se divirtan e compartan as súas experiencias con outros rapaces da súa idade e coas mesmas inquiredanzas.

**HORARIO:** Entrada o venres entre as 10 e as 10:30h, no refuxio do Monte Aloia (Tui) e saída ás 18:00h o domingo.

**MATERIAL NECESARIO:** Mochila para unha actividade dun día, calzado de montaña máis un par de reposto, roupa deportiva para 3 días, mudas de reposto, roupa de abrigo (forro polar ou similar, chubasqueiro, luvas e gorro), gorra e crema de protección solar, toalla e neceser básico, bañador, saco de durmir, esterilla, e frontal ou lanterna.

**OBRIGATORIO:**

- Saber nadar
- Estar Federado en montaña con licencia tipo B (FGM, FEDME)



**ALOXAMENTO:** As dúas noites durmirase no refuxio do Monte Aloia, propiedade do Club Montañeiros Celtas.

**MANUTENCIÓN:** Os/as participantes traerán o xantar de monte do primeiro día, e aqueles alimentos complementarios á actividade diaria (fritos secos, barritas,...). Os almozos faranse no refuxio, os xantares serán de picnic e as ceas nun restaurante próximo á instalación (todas elas a cargo da organización). En caso de que algún neno/a teña algún tipo de alerxia ou necesidade especial de tipo alimentario, os seus responsables terán que comunicarllo con antelación suficiente ao director/a da actividade.

**TRANSPORTE:** O transporte ata o punto de encontro o primeiro día e o punto de recollida o último día será a cargo da persoa responsable do/a menor. Os transportes dende o lugar de pernocta ata os terreos de actividades faranse mediante furgonetas conducidas polos técnicos responsables da actividade.

**CONTIDOS:** Características dos deportes de montaña, equipo e material para unha actividade sinxela de montaña, técnicas básicas de orientación en montaña, técnicas básicas de escalada, e técnicas básicas de descenso de barrancos. Boas prácticas medioambientais.

**METODOLOXÍA:** A través de actividades dinámicas e xogos, cun aprendizaxe baseado na solidariedade e cooperación, e con rigorosidade pero adaptando os contidos ás idades e características dos nenos e nenas.

## PROGRAMA RESUMIDO DAS XORNADAS

**Día 1:** No Monte Aloia: Condicionantes xerais nas actividades de montaña. Técnicas básicas de orientación. Equipo e material. Aspectos básicos de seguridade e protocolos de actuación en caso de emerxencia.

**Día 2:** No Monte Galiñeiro: Escalada. Equipo e material específico.

**Día 3:** Río Cerves (Melón): Descenso de barrancos. Equipo e material específico.

**INSCRICIÓN:** A inscrición farase na web da Federación Galega de Montañismo no que haberá que xuntar unha fotocopia do DNI do neno/a.

**INFORMACIÓN:** Federación Galega de Montañismo – T. 986 208 758 - luns a venres 10 a 13:30 - [info@fedgalmon.gal](mailto:info@fedgalmon.gal) ; [fedgalmon@fedgalmon.gal](mailto:fedgalmon@fedgalmon.gal)