

## LOCALIZACIÓN



### DESCRIPCIÓN DE LA ZONA

Cudillero es un concejo y lugar de la Comunidad Autónoma del Principado de Asturias. Limita al oeste con Valdés, al sur con Salas y Pravia y al este con Muros del Nalón y Pravia de nuevo.

Cudillero es un pintoresco pueblo de pescadores construido en las empinadas laderas de 3 montes que rodean a la ciudad a modo de anfiteatro.

Es sin duda una ciudad de marineros que invita a perderse por sus estrechas callejuelas, admirar sus características casas colgantes, bajar al puerto a pasear o a degustar la pesca del día en uno de los varios establecimientos hosteleros que hay en la localidad.

El entorno de Cudillero es impresionante, en el concejo hay un total de 23 playas, además a escasos kilómetros podemos encontrarnos muchas más en los concejos de Valdés y Muros de Nalón.

A unos 11km al oeste, en la localidad de Oviñana, se encuentra el Cabo Vidío un espectacular saliente con unos acantilados de 100m de altura que ofrece unas espectaculares vistas de la costa cantábrica.

Cerca de Luarca se encuentra la espectacular y poco conocida Reserva Natural de Barayo, uno de los pocos lugares de Europa donde aún habitan nutrias en libertad. Muestra de que aún esta zona está libre de contaminación y que junto con su espectacular playa bien merece una visita.

Comunicado a través de la autopista A-8 que comunica las localidades de la cornisa cantrábrica entre sí, pero hasta ese momento se debe acceder por la N-632 / E-70 tanto si se viene del oeste como del este. El aeropuerto de Asturias se encuentra a tan solo 20 minutos en coche de Cudillero.



## INSTALACIONES

En Proyecto Sport pensamos en que todo participante debe gozar en el campamento de unas instalaciones de alta calidad y confort, para sentirse a gusto en todas las situaciones y momentos.

Nuestras instalaciones son modernas y dimensionadas para un campamento de verano de calidad, situado en un entorno completamente natural.

Disponemos de una privilegiada instalación que cuenta con todo lo necesario, además de encontrarse en un entorno inigualable y gozar de un clima perfecto para el desarrollo de actividades náuticas y de multiaventura durante la temporada veraniega.

### INSTALACIONES, ALOJAMIENTOS Y SERVICIOS

Aulas con literas a 2 alturas con las habituales comodidades de servicios y vestuarios, masculino y femenino, con duchas de agua caliente.

Aulas y Salas Múltiples destinadas a la realización de actividades, talleres, juegos...etc.

Cocina y comedor para más de 100 personas, donde se realizan los desayunos, las comidas y las cenas., únicamente para dar el servicio de comida a nuestros acampados.

Zonas de Náutica de río y playas a 800 metros de la instalación, ideal para los días de más calor y las actividades acuáticas.

Zonas de descanso y relax, para recuperar fuerzas.

Campos de deporte y actividades lúdicas: Pabellón cubierto, campo de fútbol, campo de voley-ball, campo de baloncesto, tiro con arco,...etc.

Zona arbolada.

Salón de actos para actuaciones.

Botiquín y sala habilitada para las pequeñas curas.



## ACTIVIDADES Y EXCURSIONES

Los campamentos están diseñados para el perfil de niños y jóvenes que quieren pasar diez días o más fuera de casa en un entorno de plena naturaleza donde participan en gran variedad de actividades, estas se preparan excluyendo el riesgo y están dimensionadas según edades y siempre supervisadas por monitores. La seguridad es un objetivo prioritario. La variedad y diseño de las actividades y el planning detallado de cada día está pensado para convertir tu verano en una experiencia única e inolvidable.

A lo largo del campamento se realizarán diferentes rutas verdes, donde se puede apreciar de cerca la fauna y la flora del lugar, a la vez que vamos descubriendo valles, sendas, bosques y paisajes inimaginables...etc.

Todas las actividades y excursiones indicadas se encuentran incluidas en el precio, el programa del campamento podrá sufrir alteraciones, ya que se adapta a la meteorología.

### ACTIVIDADES

Bodyboard, Piragüismo, Snorkel, Senderismo, Tiro con Arco, Barbacoa, Cine de Verano, Visionario de estrellas, Gymkhanas culturales y deportivas, Talleres Varios, Cuentacuentos, Juegos de Mesa, Actividades acuáticas, Vivac, Deportes básicos, Veladas nocturnas y fuegos de campamento, Fiesta de Despedida con multitud de sorpresas, ... etc.

### EXCURSIONES

Visita guiada por el municipio y playa de Luarca.

Excursión por una etapa del Camino de Santiago.

Ruta a caballo.\*

Visita a la playa de las Catedrales\*.

Rutas en Piragüa por la Playa de San Pedro.

Visita guiada por el municipio y playa de Cudillero.



## **PERSONAL, ALIMENTACIÓN, HIGIENE Y SANIDAD**

Projecta Sport te ofrece todo tipo de garantías en el campo de la salud, el personal y la higiene, toda la solvencia de una entidad que se dedica plenamente a actividades de tiempo libre, ocio y deportes de montaña.

### **PERSONAL DEL CAMPAMENTO**

El campamento está compuesto por un director, coordinadores y monitores de tiempo libre, socorristas, personal de cocina propio del campamento, personal de limpieza y mantenimiento.

Hay un monitor responsable por cada grupo de 8 niños o jóvenes, lo que permite máxima calidad de atención a las necesidades de cada participante.

Todo el equipo tiene la titulación oficial necesaria para gestionar y realizar actividades de tiempo libre. Todos somos aficionados a vida sana, activa y relacionada con la naturaleza y el deporte, en cada momento trabajamos con el objetivo principal de que pases el mejor verano con nosotros.

### **ALIMENTACIÓN**

Están preparadas en función directa de las actividades y las edades, teniendo en cuenta el esfuerzo diario y los gustos de los niños y jóvenes.

Los ingredientes son de primera calidad y servidos a diario, para conseguir un menú rico y variado, que garantice el aporte energético apropiado. Nos importa que la comida que tomen los participantes sea correcta y equilibrada, por lo que la alimentación se prepara y supervisa con la máxima atención por el grupo de trabajo y el personal de cocina.

Los menús del campamento son diseñados con antelación siguiendo las recomendaciones de los especialistas de alimentación. Se realizan 4 comidas diarias: desayuno, comida, merienda y cena.

Contamos con un equipo propio de cocineros dedicado al campamento, lo que garantiza que el servicio de cocina se adapta a las necesidades y horarios de los niños y de las actividades.

### **HIGIENE Y SANIDAD**

La higiene personal y del grupo se cuida a diario, siendo obligatoria la ducha y el cambio de ropa, los monitores tienen en cuenta la higiene en todos sus aspectos desde el cepillado de dientes, hasta la supervisión de cambio de ropa de los más pequeños.

Disponemos de seguro de responsabilidad civil, socorristas propios del grupo, vehículos de apoyo las 24 horas y estamos en un pueblo que cuenta con Centro de Salud en el propio Pueblo y con un Hospital con servicio de consulta y urgencias 24 h a pocos kilómetros.



## EQUIPO RECOMENDADO

**Saco de dormir:** Es bueno llevar un saco de dormir aunque durmamos en camas estas solo cuentan con la bajera y almohada ya que es mas funcional a la hora de llevar la dinámica de un campamento.

**Ropa variada y cómoda:** Pantalones cortos y largos, sudaderas, chándal (al menos dos de cada) y muchas camisetas. No te olvides de la ropa interior y calcetines (suficientes mudas). Es muy apropiado llevar forro polar. Hay que llevar ropa de abrigo, pero no de invierno. No llesves tu mejor ropa, pues estamos en el campo.

**Mochila de mano, tipo colegio:** Te será muy práctica para guardar la toalla, cantimplora, chubasquero... etc.

**Crema solar, Gorra y Gafas de sol:** En el campo y en la playa, hay más luz de lo normal, por lo que es interesante disponer de una protección recomendada con cristal de categoría 3.

**Bañador:** Llévate por los menos dos, recuerda que vamos a un campamento náutico.

**Chubasquero:** Imprescindible aunque vamos a la playa nos protegerá los días de lluvia.

**Dos toallas:** Una para la ducha y otra para las actividades acuáticas.

**Útiles completos de aseo personal.** Es muy apropiado llevarlos en una bolsa o neceser para no perderlos y tenerlos controlados.

**Botas ligeras y calzado deportivo resistente:** al menos unas botas y unas zapatillas, también unas zapatillas cangrejeras o chanquetas con correas, para actividades acuáticas.

**Cantimplora:** Mejor metálica (conserva el agua fresca durante más tiempo).

**Linterna:** Se utilizará para usos sencillos y veladas nocturnas.

**Bolsas:** Para la ropa sucia y varios. Lleva 5 bolsas de plástico tipo supermercado.

**Fotocopia de la Tarjeta del Insalud, cartilla de la Seguridad Social o similar.**

**Teléfonos Móviles:** NO está prohibido llevarlos, pero se regula el uso. No se pueden recargar las baterías a diario, ni recibir llamadas indiscriminadamente. Se llama a casa cada tres días como actividad de campamento, por lo que no es imprescindible, ni mejor disponer de móvil.

**NO llesves navajas, videojuegos, radios, objetos de valor, delicados o ropa muy buena.**

**IMPOTANTE: Comida para el viaje de ida al campamento: un par de bocadillos, bebida y una pieza de fruta.**

