

# Campus Panticosa

## Gimnasia Ritmica

Del  
23 al 29  
de Junio  
2019

PLAZAS  
LIMITADAS



**Tania Lamarca**

Campeona Olímpica Atlanta 96



Información e Inscripciones:

[www.clubescuelagr.com](http://www.clubescuelagr.com)

TLF: 976106003

Organiza:

Subvenciona:



Gimnasia Ritmica Zaragoza

Podrán inscribirse niñas/os con edades comprendidas entre los 8 y 14 años y que ya hayan realizado gimnasia rítmica alguna vez, independientemente de su nivel.

En el formulario de inscripción se reflejará la edad y dedicación, lo cual ayudará a establecer los grupos de trabajo.

## Instalación

Centro Deportivo La Paul (Camino del Pueyo, 13, 22661 Panticosa, Huesca)  
Albergue Quinta vista alegre (Calle Caldares, 22662 El Pueyo de Jaca, Huesca)

## Fechas

- Campus interno (pernoctando): Del 23 al 29 de junio.
- Campus externo (sin pernoctar): Del 24 al 29 de junio.

## Inscripciones

Se realizarán únicamente ON-LINE.

El periodo de inscripción comienza el 25 de Abril a las 00:00 h. y finaliza el 2 de junio a las 23:59 h.

Para que el evento pueda realizarse, se necesitan un mínimo de 28 participantes en el campus interno.

En el caso de niñas/os con Necesidades Educativas Especiales, deberá ponerse en contacto con CEGRZ antes de rellenar el formulario de inscripción. La organización no se compromete de antemano a poder atender dichas necesidades.

Para poder realizar la inscripción es necesario haber realizado previamente una transferencia bancaria por el importe del Campus en el siguiente número de cuenta: ES76 2085 5234 8603 3088 3204.

El Beneficiario es Club Escuela Gimnasia Rítmica Zaragoza y en el concepto se debe indicar el "nombre del participante-campus Panticosa".

Para formalizar la inscripción será requisito indispensable adjuntar el justificante de la transferencia.

En caso de que el participante quiera causar baja en el campus, se reembolsará una cantidad u otra en función de la fecha de notificación.

- Antes de 2 de junio se reembolsará el 100% del pago realizado.
- Entre el 3 y 20 de junio, se reembolsará el 75 % del pago realizado.
- A partir del 21 de junio y una vez comenzado el campus, no se reembolsará ninguna cantidad salvo que el campus no se llegue a realizar por no alcanzar el mínimo de inscritos.

La organización podrá anular la actividad si se viese obligada por causas de seguridad o cualquier otro motivo de fuerza mayor. De producirse tales incidencias se informará lo antes posible a los participantes a través del correo electrónico.

## Cuotas

	CUOTA	CUOTA ESPECIAL HASTA 19 MAYO
CAMPUS INTERNO	420 €	390 €
CAMPUS EXTERNO	235 €	215 €

CAMPUS INTERNO: Incluye alojamiento en pensión completa y todas las actividades planteadas en este reglamento.

CAMPUS EXTERNO: Incluye entrenamientos y actividades planteadas por las tardes (de 10:00 a 20:00 horas aproximadamente).

- **4 horas de entrenamiento.** Incluye técnica corporal, técnica de los 5 aparatos, expresión corporal, preparación de coreografías, etc.
- **Alojamiento en pensión completa.** En el albergue Quinta Vista Alegre, con comida casera elaborada en el momento. Disponen de menús especiales para alergias.
- **Talleres “rítmicos”:** maquillajes, peinados, etc.
- **Actividades recreativas.** Piscina, Gymkana, talleres en la naturaleza, excursiones, etc....
- **Velada Nocturna.**
- **Gala fin de campus.** Muestra a las familias del trabajo realizado en el campus y exhibición de gimnastas de competición nacional del club Escuela Gimnasia Rítmica Zaragoza.
- **Entrenadoras tituladas como Técnicos en Gimnasia Rítmica.** Con contrato laboral y que cuentan además, con la titulación específica para actividades de tiempo libre. Pertenecientes al Club Escuela Gimnasia Rítmica Zaragoza.
- **Colaboración especial de Tania Lamarca.** 1 día de entrenamiento y convivencia con la Campeona Olímpica. Fotos con las asistentes y charla sobre su experiencia deportiva.
- **Seguro de accidentes y de responsabilidad civil.**
- **Camiseta del campus.**
- **Diploma de participación.**

RUTINA DIARIA TIPO	9:00-9:30	DESAYUNO
	9:30-10:00	PREPARACIÓN Y TRASLADO INSTALACIÓN
	10:00-11:45	ENTRENAMIENTO PARTE 1
	11:45-12:15	DESCANSO ALMUERZO
	12:15-14:00	ENTRENAMIENTO PARTE 2
	14:00-14:30	TRASLADO INSTALACIÓN Y PREPARACIÓN
	14:30-16:30	COMIDA Y TIEMPO LIBRE
	16:30-17:30	TALLERES “RITMIQUEROS”
	17:30-20:00	ACTIVIDAD RECREATIVA Y MERIENDA
	20:00-21:00	DUCHA Y PREPARACIÓN
	21:00-22:00	CENA
	22:00-23:00	VELADA NOCTURNA
	23:00	DESCANSO

- Todos los participantes deben respetar en todo momento a sus compañeros y monitores.
- No es está permitido traer el teléfono móvil.
- Igualmente no se recomienda que las/os participantes lleven MP3, videojuegos, juguetes, etc... La organización no se hará responsable de la pérdida de estos objetos.
- Todos los materiales e instalaciones deben ser utilizados y respetados adecuadamente por los/as participantes. Si no fuera así se tomarán las medidas oportunas por parte del equipo de coordinación.
- Todos los participantes deberán tomar parte en las actividades.
- Queda terminantemente prohibido cualquier tipo de agresión.
- De igual manera, cualquier situación que se diera en el campus por parte de algún participante, y que pudiera influir negativamente en el adecuado desarrollo del mismo, será valorada por el equipo de coordinación y monitoras, pudiendo actuar en consecuencia.
- En caso de incumplimiento de alguno de estos criterios y normas supondrá su estudio por el equipo de coordinación y monitoras, tomando las medidas oportunas y reservándose el derecho de expulsión del campus, en caso extremo.

## Responsabilidad

El participante, en el momento de su inscripción, manifiesta encontrarse físicamente apto para la actividad propuesta.

En el caso de niñas/os con intolerancias, alergias u otro tipo de patologías, deberá quedar reflejado en el formulario de inscripción, para poder seguir el tratamiento prescrito.

## Información y comunicación

Previo a la realización del campus, cualquier consulta puede ser dirigida a [cegrz-coordinadoraritmica@hotmail.com](mailto:cegrz-coordinadoraritmica@hotmail.com). Del mismo modo, CEGRZ realizará sus comunicaciones con los clientes a través del correo electrónico que nos faciliten.

La organización facilitará un teléfono móvil de contacto a través del cual se comunicará diariamente, mediante “lista de difusión de WhatsApp”, las actividades realizadas por los/as participantes.

El domingo 23 de junio se recibirá a los participantes del campus interno sobre las 18:00 horas en el Albergue Quinta Vista Alegre.

El primer encuentro con los participantes del campus externo será el lunes 24 de junio a las 9:45 en el Centro Deportivo La Paul.

El sábado 29 de junio los padres y acompañantes de los inscritos acudirán sobre las 17:00 horas al Centro deportivo La Paul para asistir a la Gala fin de campus.

## ¿Que metemos en la maleta?

- Ropa de calle de corto y de largo (camisetas, sudadera, pantalones)
- Zapatillas de deporte
- Chubasquero
- Ropa interior
- Neceser (champú, jabón, cepillo y pasta de dientes, cepillo y gomas de pelo, protector labial, repelente de mosquitos, etc.)
- Bolsa para la piscina: chancletas, bañador, toalla, crema de sol, gorra.
- Bolsa para la ropa sucia
- Sábanas y toallas
- Bolsa para entrenamiento:
  - Ropa deportiva (mallas y camiseta o maillot).
  - Calcetines o punteras.
  - Cantimplora.
  - Aparatos de gimnasia (pelota, aro, cuerda, mazas y cinta).

\* Debe llevarse cantidad de ropa suficiente para los 6 días, puesto que no se podrá lavar allí.

\* Todo deberá ir marcado con el nombre y apellidos.

\* Los participantes del campus externo deberán llevar la bolsa de entrenamiento + almuerzo.

## Aceptación

Todos los participantes, por el hecho de inscribirse, aceptan el presente reglamento.

La inscripción implica haber leído, entendido y adquirido lo que a continuación se expone:

*“Autorizo a los organizadores a la grabación total o parcial de mi participación en el mismo mediante fotografías y video para su posterior publicación en los medios digitales de Club Escuela Gimnasia Rítmica Zaragoza o en el grupo de difusión de las familias creado para tal evento. En caso contrario, pueden enviar un correo a [cegrz-coordinadoraritmica@hotmail.com](mailto:cegrz-coordinadoraritmica@hotmail.com)*



[cegrz-coordinadoraritmica@hotmail.com](mailto:cegrz-coordinadoraritmica@hotmail.com)

976 10 60 03

[\*\*www.clubescuelagr.com\*\*](http://www.clubescuelagr.com)