

INSTRUCCIONES CAMPAMENTO MULTIDEPORTE - 2026

A continuación les señalamos unas indicaciones a tener en cuenta durante el campamento de multideporte.

Queda prohibido el uso de dispositivos telefónicos durante el desarrollo del campamento.

Se recomienda traer a los niños/as los siguientes ítems:

- Agua.
- Crema solar.
- Visera.
- Ropa deportiva y zapatillas deportivas.
- Ropa para piscina: bañador, gorro, gafas y chanclas, toalla y una bolsa para guardar la ropa mojada.
- Manguitos u otros materiales de flotación en caso de no saber nadar.
- Merienda.

Horarios (podrán consultarlos en nuestra app [Resasports](#))

Almuerzo a media mañana:

Creemos en la importancia de fomentar hábitos de vida saludable desde edades tempranas. Se recomienda a los niños/as traer al campamento un almuerzo para tomar a media mañana que podría consistir (por ejemplo) en:

- Sandwich + fruta
- Lácteo o zumo + fruta
- Bocado + fruta
- Tortitas o barritas + fruta

Etc.

Planificación de actividades:

Se propondrán diferentes actividades (juegos psicomotrices y juegos predeportivos). Iniciación a deportes: como el fútbol, balonmano, baloncesto, voleibol, hockey etc.

Este año contamos como novedad con la actividad de rugby, con la colaboración del equipo del [CRAT de la Coruña](#), que disfrutarán todos los asistentes al campamento de multideporte.

Desarrollo de actividades acuáticas (si lo permite la climatología).

Ordenados como sigue:

- En primer lugar, actividades / juegos de activación y calentamiento.
- Iniciación a un/varios deportes (mediante juegos deportivos o actividades adaptadas). Descanso media mañana.
- Juegos o actividades complementarias (ej: tenis de mesa, frisbee, juegos de cooperación / trabajo grupal etc.)
- Actividades acuáticas.
- Recogida o comedor.

INSTRUCCIONES CAMPAMENTO MULTIDEPORTE - 2026

