



CAMPAMENTO MULTIAVENTURA

ROUPA	ASEO	OUTROS
13 prendas de roupa interior	3 toallas para o baño.	saco de durmir.
13 pares de calcetins	2 toallas de praia.	gorra ou viseira.
3 camisetas de manga longa	2 toallas pequenas	crema de protección solar.
5 camisetas de manga curta	xabón de glicerina (pastilla ou en xel).	lanterna.
2 polares ou semellante.	pasta de dentes.	pilas de reposto.
1 chubasqueiro	Cepillo de dentes.	bolsas para roupa sucia.
3 pantalóns longos.	Desodorante e/ou colonia.	mochila pequena para excursións
5 pantalóns curtos.	peite ou cepillo do pelo	Cantimplora, se teñen.
bañadores (2 o 3 unidades).		Mascarillas (por si as necesitan)
tenis (3 pares).		un bote pequeno de xel desinfectante para levar no bolsillo (opcional)
1 par de botas de montaña ou semellantes resistentes á auga		
1 par de chanclas pechadas (cangrexeiras) Ou escaarpines		
1 camiseta de lycra o u para canoa similar		

Telefono urxencias; 881 090 960.

Para outros:669 111 183



Haberá un bus que recolla aos campistas:

ENTRADA DÍA 5			SAÍDA DÍA 17	
CONCELLO	CONCELLO	HORA	RECOLLIDA	HORA
Pontedeume	Na marquesiña da rotonda	18:00	Vilarbó	11:30
Ferrol: Caranza	Diante da piscina	18:00	Vilarbó	11:45
Neda	Na marquesiña da Casa da Cultura	18:15	Vilarbó	12:00
As Pontes	Diante do cine Alovi	18:30	Vilarbó	12:30
O Barco	Diante do concello		Vilarbó	11:30

Lembrede: si ese día se ergue con febre, descomposición, malestar, ... NON SE PODE INCORPORAR

Iran acompañados, na medida do posible, por un só dos proxenitores/titores, para evitar aglomeracións.

Todos deben levar a declaración asinada con data dese día (5 de xullo). Entregarán a declaración e tomaráselles a temperatura.

En caso que ao longo do campamento o/a participante se poña enfermo/a, ou houbera sospeita de COVID-19, os pais ou titores serán avisados para recollelo.

Os/as participantes están obrigados a cumprir as normas do campamento. O non cumprimento das mesmas pode ser motivo de expulsión.