



SURF CAMP EL BALÍS

Quin és l'objectiu:

- Introduir-se en el món del Surf.
- Aconseguir lliscar la primera onada.
- Gaudir del mar a través del esport.



On es desenvolupa l'activitat:

- Baquio (País Basc)
- Nord d'Espanya a prop de Bilbao.

A qui va dirigit el Surf Camp:

A adolescents i joves entre 13 i 17 anys.

Quants dies dura el Campus:

Del 9 al 13 d'abril del 2017.

**sortim el dia 9 al migdia i tornem el dia 13 a la tarda.*





Quin serà l'allotjament:

Hotel Joshe Mari

<http://www.hotelrestaurantejoshemari.com/hotel/hotel-joshe-mari/>



Què farem durant l'estada:

Activitats multiesportives amb el surf com a eix principal. També es realitzarà *treking*, *paddle surf*, jocs d'equilibri com *l'slack line*, *body board*, patinets, *long boards* i *skates*.

Horari:

	diumenge	dilluns	dimarts	dimecres	dijous
Matí		Surf	Surf	Surf	Surf
Tarda	Sortida del Club i arribada a Zarautz	Esports platja (<i>volley</i> , futbol, <i>rugbie</i> , tenis...)	Sortida de <i>Paddle surf</i>	Excursió <i>treking</i> per la costa.	Tornada i arribada al Club.
		patinets i skates	gimcana		
Nit	Jocs de coneixença i trencar el gel	Peli "the endless summer"	Joc de cohesió de grup	Sortida pel poble	

- L'horari podrà variar segons la marea.

**Com ens desplaçarem:**

Llogarem una furgoneta de 9 places i anirem des del CN al Balís a Baquío amb ella. Un cop allà ens desplaçarem amb la furgoneta.

Què menjarem i on:

L'hotel l'agafem amb pensió completa, per tant l'esmorzar, el dinar i el sopar anirà a càrrec del mateix Hotel on ens allotjarem.

- Al matí hi haurà esmorzar variat de dolç i salat.
- Al migdia pícnic per emportar (entrepà + beguda + fruita).
- Berenar.
- A la nit 2 plats calents amb hidrats de carboni i proteïnes + postres + beguda.

Qui serà la persona al càrrec:

- Instructor:
Joan Gil
Llicenciat en Ciències Activitat Física i Esport
Director de lleure.
Tècnic 1 en vela lleugera.