

NORMAS ACAMPADA

(Recomendacións)

Roupa:

- Chanclas e zapatillas deportivas – Calcetíns
- Mudadas interiores (2) – Traxes de Baño e toallas (2)
- Chándal – Camisetas- Pantalón curto
- Chuvasqueiro de pouco peso
- Gorra das actividades

Comida:

- Non levar comidas preparadas con ovos nin con maionesas (tortillas, salpicóns, etc.)
- Non levar alimentos pouco resistentes ó calor tipo iogures, froita blanda, xamón cocido, etc.
- As latas deben de dispoñer de apertura fácil.
- Os participantes non levarán aparatos electrónicos de xogos nin de música (non nos facemos responsables da súa perda)
- Os teléfonos móbiles solo se poderán usar de 21,00 a 22,00 horas
- Para a tenda de campaña: saco de durmir, esterilla (ou similar) e linterna.
- Recomendamos levar unha cantimplora e unha mochila.
- Sexan prudentes na cantidade de comida e bebida xa que son poucos días de acampada
- Está prohibido visitar ós participantes durante a duración da acampada (excepto cando sexa estritamente necesario)
- Os participantes deben de levar a súa tenda ou ben xuntarse con outros para compartila.

- Levar un protector solar e si está en tratamento médico levar as medicinas.
- O inicio da acampada é o Venres 21 as 20,00 horas e remata o Domingo 23 ás 12,00 horas.
- Lugar da Acampada: Casa do Pobo de Cortellas
- Telefono contacto para urxencias: 626767246

ACTIVIDADES DE VERÁN 2017

NORMAS ACAMPADA



Casa do Pobo de Cortellas



Concello Soutomaior