



f @zonajoventorforum @zonajoventorre  
+ info: [www.torrelodones.es/juventud](http://www.torrelodones.es/juventud) whatsapp: 607278733

**ZONA JOVEN**

Ayuntamiento de  
Torrelodones

**CAMPUS AVENTURA  
2024**

## Del 17 al 31 de Julio de 2024.

**Horario de 10:00 a 14: 30 de lunes a viernes.**

**Edad de los/las participantes: 12 a 18 años.**

**Número de plazas: 15 jóvenes**

Os damos la bienvenida al Campus de Aventura Joven 2024 que organizamos desde la Zona Joven de la concejalía de Juventud de Torrelodones.

Este verano es el momento para que nuestras chicas y chicos compartan aventuras, emociones intensas y diversión en grupo.

Durante este viaje tendrán la oportunidad de aprender, perfeccionar y practicar diferentes actividades deportivas que se desarrollan en el medio natural. Lo harán de forma segura acompañados de profesionales deportivos y educativos; conocerán los entornos que nos rodean y las posibilidades que nos ofrecen para disfrutar de ellos de una forma sana y respetuosa; desarrollarán actitudes para convertirse en ciudadanas/os activos, responsables del estado de nuestro medio ambiente. Pero sobre todo vivirán una experiencia colectiva totalmente diferente y excepcional, donde hacer nuevas amistades y compartir inquietudes, gustos, juegos, ideas...

En este campus esperamos proporcionar a las chicas y chicos un marco de desarrollo integral como persona, tanto en aspectos físicos, psicológico, emocional como sociales; fomentando valores dirigidos al respeto hacia uno mismo, el otro, y el entorno; todo dentro de los ODS 2030, y en el marco temático del mundo de los deportes de aventura y el medio ambiente.

El grupo de participantes estará en todo momento acompañado con dos monitores de referencia del equipo de la Zona Joven (Gynda, Pepe y Cris) y además del apoyo de técnicos deportivos y otros profesionales para las actividades puntuales necesarias (tirolinas, piraguas, buceo, ornitología)

El lugar de encuentro y comienzo del campus será la Zona Joven de Torreforum. Pero puede ser que pues algún día los monitores os indicarán otros espacios donde comenzarán el día: monte de los Ángeles, estación de tren, casa de la cultura.

**La hora de entrada**, por lo general, serán las **10:00h** por la entrada principal de la Zona Joven **Torreforum**; La **salida** será a las **14:30h por la puerta de la Rampa de acceso a la piscina**. Los padres, madres y tutores podrán esperar entrando por la rampa en la terraza de toldos que se encontrarán a la derecha.

**Material necesario** que debe traer cada participante: mochila de tamaño medio y que no tenga sistema de cuerdas, para colgarse en la espalda, una botella con agua de 1 litro mínimo, y almuerzo de media mañana, crema protectora. Zapatillas deportivas de montaña, ropa deportiva y gorra. Los días que estemos por

Torrelodones iremos a la piscina y deben además añadir, zapatillas para piscina, y toalla.

Para ello hemos diseñado el siguiente programa, que puede sufrir modificaciones por motivos meteorológicos u otras circunstancias, que comunicaremos con antelación.

## PROGRAMACIÓN:

### 17/07/2024. ESCALADA EN ROCÓDROMO Y PRESENTACIÓN. Miércoles. 10:00 -14:30 h.

Salida y recogida en Torreforum. Presentación y conocimiento del grupo y monitores; el programa de actividades, materiales, horarios y el calendario. Escalada en el rocódromo municipal: material, técnica y juegos. Piscina de Torreforum.

**Material necesario:** ropa deportiva y cómoda, pantalones, camisetas transpirables, gorra, zapatillas deportivas, pies de gato si los tienen o se los dejamos, gafas de sol, cantimplora, almuerzo, mochila (mínimo de 25L), bañador, toalla y crema solar

### 18/07/2024. SENDERISMO: VALLE DE NAVALMEDIO (CERCEDILLA). Viernes 10:00-15:00 h

Salida y recogida en bus desde Torreforum. Ruta de senderismo en el valle de Navalmedio en Cercedilla. Caminaremos por la zona del embalse de Navalmedio desde el puerto de Navacerrada, en un bosque de pino silvestre, pasando por lugares emblemáticos como el Pino de la Cadena y la mina del Rey.

**Material necesario:** mochila, ropa deportiva y cómoda, gorra, zapatillas deportivas de montaña, gafas de sol, crema solar, cantimplora de 1 litro mínimo, almuerzo y frontal si tienen.

### 19/07/2024. RUTA ORNITOLÓGICA EN EL MONTE DE LOS ANGELES. Viernes 10:00-14.30 h.

Salida desde el polideportivo y recogida en Torreforum. Ruta Ornitológica y de interpretación ambiental por el Monte de los Ángeles de Torrelodones, en el parque regional de la Cuenca del río Manzanares. Contamos con dos ornitólogos expertos de la asociación Aver Aves, que nos abrirán las puertas al mundo de las aves en este entorno natural privilegiado del municipio. La última hora la pasaremos en la piscina municipal.

**Material necesario:** mochila, ropa deportiva y cómoda, camiseta transpirable, gorra, zapatillas deportivas, gafas de sol, crema solar, cantimplora de 1 litro mínimo, almuerzo. Si tienes prismáticos propios los puedes traer, si no se los proporcionamos, además de telescopios compartidos.

### 22/07/2024. PIRAGUA EN EL EMBALSE DEL PONTÓN (LA GRANJA). Lunes 9:30 -14.30 h.

Salida y recogida en bus desde Torreforum. Actividad de piragüismo con técnicos especializados de Areva Valsain. Los participantes adquirirán conocimientos básicos de manejo de la piragua, seguridad durante la navegación y respeto por el entorno segoviano del Parque Nacional de la Sierra de Guadarrama.

**Material necesario:** mochila, ropa deportiva y cómoda, gorra, zapatillas deportivas, zapatillas de agua, bañador y toalla, gafas de sol, crema solar, cantimplora de 1 litro mínimo, almuerzo.

### 23/07/2024. SENDERISMO POR EL ALTO LOZOYA. Jueves. 8:30-16.30 h.

Salida y recogida en bus desde Torreforum. Ruta de senderismo desde el puerto de Cotos por el arroyo de la Angostura hasta área recreativa de La Isla, recorriendo el alto Lozoya por los pinares del parque nacional de la Sierra de Guadarrama.

**Material necesario:** ropa deportiva y cómoda, pantalones, camisetas transpirables, gorra, zapatillas deportivas, gafas de sol, cantimplora de 1 litro mínimo, comida, mochila (mínimo de 25L) y crema solar.

### 24/07/2024. JARDÍN BOTÁNICO DE MADRID. Miércoles 10:00-15:00 h

Salida y recogida en tren desde la estación de cercanías de Torrelodones. Llegamos a la estación de

tren de Atocha desde donde caminamos por el paseo del prado hasta el Jardín Botánico. Visita de la colección de plantas vivas, invernaderos y exposiciones.

**Material necesario:** mochila, ropa cómoda, gorra, zapatillas deportivas, gafas de sol, crema solar, cantimplora de 1 litro mínimo, almuerzo.

### **26/07/2024. SENDERISMO: LOS CHORROS DEL RÍO MANZANARES. Martes 10:00-15:00 h.**

Salida y recogida en bus desde Torreforum. Ruta de senderismo en La Pedriza, la zona sur madrileña del parque nacional de la sierra de Guadarrama. La ruta comienza en Cantocochino y transcurre por la orilla sombreada de bosque de ribera del río Manzanares hasta la Charca Verde, continua hasta el puente de los franceses; y cruzando el puente del retén se llega a los Chorros del río Manzanares.

**Material necesario:** mochila, ropa deportiva y cómoda, gorra, zapatillas deportivas de montaña, gafas de sol, crema solar, cantimplora de 1 litro mínimo, almuerzo

### **29/07/2024. TIROLINAS Y PISCINAS NATURALES DE CERCEDILLA. Lunes 10:00-15:30 h.**

Salida y recogida en bus desde Torreforum. Actividad de Tirolinas en el parque de cuerdas Aventura Amazonia en las Dehesas de Cercedilla. Piscinas naturales en el mismo recinto.

**Material necesario:** mochila, ropa deportiva y cómoda, gorra, zapatillas deportivas o montaña, bañador, toalla, gafas de sol, crema solar, cantimplora de 1 litro mínimo, almuerzo

### **30/07/2024. BAUTISMO DE BUCEO. Martes 10:00-14:30 h.**

Salida y recogida en Torreforum. Nos reuniremos en la piscina municipal, donde los técnicos de buceo de Marépolis nos impartirán una clase teórica de técnicas básicas de buceo. Nos equiparemos con neoprenos, botellas, plomos y sistemas de respiración; y aprenderemos a usar el regulador, subir y bajar en la piscina y comunicarnos bajo el agua, acompañados por los profesionales de buceo.

**Material necesario:** mochila, ropa cómoda, gorra, zapatillas deportivas, bañador, toalla, gafas de sol, crema solar, cantimplora de 1 litro mínimo, almuerzo.

### **31/07/2024. SMARTFOODCITY Y FIESTA FINAL. Miércoles 10:00-14:30 h.**

Salida desde la puerta de la Casa de la Cultura y recogida en Torreforum. Vamos a elaborar nuestras propias recetas de merienda y bebidas de la fiesta de despedida del campus de aventura. Compraremos los ingredientes necesarios en tiendas locales y cada grupo se encarga de una receta que elaboraremos en Torreforum. Va a ser la comida y bebida de la fiesta final. Evaluaremos el campus y nos bajamos a la piscina.

**Material necesario:** mochila, ropa cómoda, gorra, zapatillas deportivas, bañador, toalla, gafas de sol, crema solar, cantimplora de 1 litro mínimo, almuerzo.