




Bike Summer Camp

La más completa experiencia de BTT y naturaleza para chicos y chicas de entre 13 y 17 años

HORA	PROGRAMA	DIA 1	DIA 2	DIA 3	DIA 4	DIA 5	DIA 6	DIA 7	DIA 8
8:30	DIANA / ASEO								
9:00	DESAYUNO								
10:00	1ª ACTIV	RECEPCIÓN	SESIÓN TÉCNICA TÉCNICA BAJADAS/SUBIDAS	RUTA BTT RESERVA NATURAL DE LA GARGANTA DEL INFIRNO: VISITA CENTRO INTERPRET Y BAÑO EN PISCINA NATURAL	RECORRIDO BTT DE ORIENTACIÓN CON PLANO Y BALIZAS	INICIACIÓN AL DESCENSO DE BARRANCOS (GRUPO 1)	RUTA CORTA BTT A PISCINA BUCEO	RETORNO RUTA NOCTURNA BAÑO EN PISCINA NATURAL "LAS CAMELLAS"	TIROLINA
11:45	ALMUERZO								
12:00	2ª ACTIV	BRIEFING BIENVENIDA CON PADRES	TALLER ORIENTACIÓN EN BTT		MECÁNICA DE LA BTT	TALLER ALIMENTACIÓN SALUDABLE Y NUTRICIÓN DEPORTIVA (GRUPO 1)	PRÁCTICA INICIACIÓN AL BUCEO		RUTA PADRES/HUOS VIDEO RESUMEN PHOTOCALL
14:00	COMIDA Y T. LIBRE								COMIDA PADRES/HUOS
15:30	RELAX Y BAÑO	DINÁMICAS DE PRESENTACIÓN							DESPEDIDA
17:00	MERIENDA								
17:15	3ª ACTIV	REVISIÓN DE BTT GYMkana BTT DE HABILIDAD REPARTO GRUPOS DE TRABAJO	TIRO CON ARCO ESCALADA TREPACAJAS	RECORRIDO EN KAYAKS Y PADDLE SURF	RUTA CON EQUIPO PROFESIONAL BTT SPECIALIZED	INICIACIÓN AL DESCENSO DE BARRANCOS (GRUPO 2)	PREPARACIÓN Y RUTA NOCTURNA BTT	TEST DE MATERIALES SPECIALIZED CHARLA SOBRE SUS PRODUCTOS	
19:00	4ª ACTIV			VISITA CULTURAL PLASENCIA		TALLER ALIMENTACIÓN SALUDABLE Y NUTRICIÓN DEPORTIVA (GRUPO 2)	PERNOCTA EN REFUGIO DEL ROBLE DE LA SOLANA		
	DUCHAS								
21:30	CENA Y T. LIBRE		CENA Y CHARLA ENTRENAMIENTO CON CARLOS PRIETO ENTRENADOR DE GOMEZ NOYA	JUEGO / DINÁMICA LÚDICO	CENA Y CHARLA EQUIPO BTT PROFESIONAL SPECIALIZED CON PEDRO ROMERO, SUSANA ALONSO Y ALEJANDRO DÍAZ	JUEGO / DINÁMICA LÚDICO	ASTRONOMÍA EN ROBLE SOLANA	GRAN FIESTA FINAL ENTREGA DE DIPLOMAS	
22:30	ACT NOCHE	JUEGOS DE CONOCIMIENTO							
23:30	DESCANSO								

ORGANIZADORES:



SPECIALIZED
PATROCINADOR OFICIAL