

CAMPUS OLIMPIA, BASE NÀUTICA MUNICIPAL MAR BELLA T'ESTIU MOLT

Primer de tot dir-vos que us hem de felicitar, doncs aquest any hem arribat a la xifra de 539 inscripcions i provablement la superarem.

Portem 25 anys de gestió de la Base Nàutica Municipal de la Marbella i 25 anys de experiència en Campus.

Per la commemoració del 25 aniversari estem confeccionant un llibre de fotografies, històriques i actuals, de l'evolució de la Base Nàutica Municipal de la Mar Bella i la seva integració en el del Barri de Sant Martí.

Una edició limitada i exclusiva per als amants de la vela i la cultura de platja, homenatge d'aquest 25 Aniversari, esperem poder fer la presentació aquest estiu i que el podreu consultar a les nostres instal·lacions.

Els nostres monitors i directors ostenten les titulacions de Diplomatures en Activitats de Lleure infantil, Graus Mig de Conducció d'Activitats en el Medi Natural, Directors de Lleure i Llicenciats en Educació Física, INEFC.

INFORMACIONS RELLEVANTS CAMPUS OLIMPIA

Punt de trobada i recollida:

- El punt de trobada i recollida dels/les nens/es és a les nostres instal·lacions.
- Demanem que per la situació en la que ens trobem els familiars estiguin a l'exterior del recinte a l'hora d'arribada i de recollida.

Només podran accedir a la instal·lació aquells que presentin alguna incidència amb la inscripció.

TOTES LES GESTIONS COM APORTAR DOCUMENTACIONS PENDENTS O LA REALITZACIÓ D'ALGÚN TRÀMIT ES REALITZARÀ UN COP ELS NENS I NENES HAGIN ENTRAT A LA INSTAL·LACIÓ.

Els participants del Campus han d'haver rebut el correu de confirmació del seu torn o torns.

En cas de no haver rebut correu, el justificant de la transferència és la comprovant que heu de tenir imprès, o de tornar a enviar per correu a campus@basenautica.org

- No disposem de servei de custòdia. La instal·lació no es responsabilitza de la custòdia dels nens i les nenes que arribin abans de les 8:50h i marxin a partir de les 14:00h (de les 15:00h amb servei de menjador).
- La recollida es farà a les 14:00h per al que no es queden a dinar i a les 15:00h per als que sí es queden.

Autorització de sortida:

- Els alumnes que tinguin el vistiplau per marxar sols, o els que els recull un altre, ens hauran d'enviar una autorització per correu electrònic, indicant:

Nº DNI persona que autoritza
NOM, ACTIVITAT i TORN infant/s o adolescent
INDICAR QUE PODEN MARXAR SOLS
Altres PERSONES AUTORITZADES PER A LA RECOLLIDA amb el seu nº DNI

Absència i retards:

- Per a una millor organització, es prega comunicar els possibles retards o absències al 93 221 04 32.

Mesures Extraordinàries d'organització:

- Les famílies hauran d'esperar a fora de la instal·lació en els moments d'arribada i recollida.
- Passarem llista a la porta principal i els nens i nenes aniran als espais destinats per a la seva activitat.
- A la sortida hauran de comunicar-ho al seu monitor.
- Aquest any es conformaran grups de convivència de 10 nens cadascun i tindran 2 monitors assignats per al mateix grup, durant tota la setmana, els monitors els guiaran cap al seu espai.
- Els pares en el moment de passar llista hauran de comunicar que han pres la temperatura a casa i que és correcta, si és més alta de 37,3°C el nen/a s'ha de quedar a casa, també si presenten un o diversos d'aquests símptomes:

Febrícula o febre ($\geq 37,30^{\circ}\text{C}$)
Tos i/o dificultat per respirar
Congestió nasal i/o mal de coll
Mal de panxa, vòmits i/o diarrea
Malestar general o dolor muscular

- Només podran accedir a la instal·lació aquells pares/mares/tutors que presentin alguna incidència amb la inscripció.
- Totes les gestions com aportar documentacions pendents o la realització d'algun tràmit es realitzaran un cop els nens i nenes hagin entrat a la instal·lació.
- Un cop finalitzat el campus rebreu l'enquesta de satisfacció

RECORDEU SIGNAR EL DOCUMENT F9 ELS QUE HEU REBUT L' AJUT ECONÒMIC

Informació de vestuari per als nens i nenes del Campus:

- Recomanem que portin el banyador posat de casa, doncs en la situació actual els vestuaris els mantenim tancats als grups. Només hi podran accedir de manera individual per anar als wc.
- S'aconsella que els/les nens/es duguin:
 1. Mascaretes per a poder-ne fer ús, en cas de no poder mantenir distància de seguretat.
 2. Una muda, 2 banyadors i una tovallola gran.
 3. Crema de protecció solar.

4. L'Entitat proporcionarà 2 samarretes de Campus per nen/a independentment que estigui inscrit a més torns i no es reposarà en cas de pèrdua.
 5. És aconsellable dur una lycra per a evitar rascades i per a incrementar la protecció solar.
 6. Dos parells de sabatilles esportives, preferentment de tipus esportiu + unes de platja (plàstic) amb forta subjecció de taló.
- Els inscrits a la modalitat d'sk8&surf han de portar sabatilles esportives i proteccions pròpies, degut a la situació excepcional i del risc que podria comportar compartir aquest material.
 1. Genolleres, colzeres i casc.
 2. Demanem que els marqueu degudament per a la seva identificació.
 3. Una Gorra de visera.
 4. Crema solar.
 5. Cantimplora individual, ampolla reutilitzable.
 6. És preferible que la roba estigui marcada per tal d'evitar possibles problemes (pèrdues, confusions, etc).

MOLT IMPORTANT:

Crema de protecció solar (factor de protecció recomanat 50 i mínim de 15 i resistent a l'aigua).

POSEU-LOS CREMA ABANS DE SORTIR DE CASA, i durant el dia els posarem crema a cada pausa per menjar, beure aigua, etc. Han de portar un tub personal. Als més petits se'ls ajudarà i es seguirà el protocol d'higiene abans i després de l'aplicació.

No abuseu dels productes làctics abans de l'activitat, recomanem prescindir-ne abans de realitzar activitats a l'aigua.

CANTIMPLORA, AMPOLLA D'AIGUA REUTILITZABLE i marcada amb el seu nom.

Objectius derivats de la pràctica de les activitats del Campus:

Els nostres alumnes de Campus d'estiu desenvoluparan diferents aspectes com son:

- La orientació en el medi marí respecte de les condicions marítimes, vents, corrents i onades.
- El respecte pel medi marí i la cultura de platja.
- La disciplina necessària per dur a terme pràctiques nàutiques amb seguretat.
- La observació de les condicions meteorològiques.
- Les maniobres i el govern de les embarcacions, el manteniment d'un rumb o de posició,
- El treball de les capacitats físiques bàsiques.
- L'equilibri i el desllisament sobre diferents tipus de superfícies i amb diferents tipus de taules; surf, sup, bodyboard, skimboard i skateboard.

El treball en equip i el companyerisme, es fomentarà en totes les activitats, TANT A L'HORA DE LA PRÀCTICA COM A L'HORA DE PREPARAR EL MATERIAL, AIXÍ COM DE RECOLLIR.

En quant a la didàctica de les sessions, es basaran en la pràctica dels aprenentatges a través de diferents tipus de exercicis o activitats enfocats al lleure.

Incidirem en l'organització de cada jornada, per tal d'omplir totes i cada una de les parts.

Com ens organitzem?

El primer dia de Campus passarem la llista general i distribuïrem els nostres participants per grups i activitats.

Els dies posteriors, a l'arribada, cada grup tindrà un espai i coneixerà els seus monitors.

Catamarà i Optimist: comencem la jornada amb l'espai d'aula de mar als espais "porxet"(catamarà) i al "chill-out" (optimist).

Posteriorment procedim al muntat d'embarcacions, esmorzem, posem crema solar...i sortim a navegar fins l'hora de plegar, sempre que les condicions meteorològiques ens ho permetin.

A poliesportiu, formem grups de 10 integrants: HI HAURÀ, EN FUNCIO DELS INSCRITS DE 1 A 6 GRUPS. ORGANITZATS PER EDATS, mostrem exemple de manera orientativa.

Enguany, formarem els grups el primer dia i no hi podrà haver canvis.

En cas de germans o amics, intentarem que puguin mantenir el grup, però estarà condicionat per la organització general.

ESPAI- FLOCS 6-7 ANYS

ESPAI- BERGANTINS 8-9

ESPAI- DRAKARS 10-11

ESPAI- GRUMETS 12-13

ESPAI- CLIPERS 14-15

ESPAI- GALIONS 16-17

A l'activitat d'SK8&SURF es formen dos grups, per ex. OAHU i MAUI, els configurem en funció de les edats, des del primer dia i no es poden fer canvis.

Un primer grup es dirigeix a l'skypark de la Mar Bella , mentre l'altra se'n va a l'aigua. Posteriorment fan el canvi després d'esmorzar.

PLA DE SEGURETAT

ELS NOSTRES MONITORS HAN PARTICIPAT EN EL CURS DE FORMACIÓ EN HIGIENE I SEGURETAT, PER TAL DE CONÈIXER I DUR A TERME TOTES LES RECOMANACIONS DE LES AUTORITATS SANITÀRIES i de HIGIENE.

En la instal·lació hi ha cartells orientatius dels circuits que s'hi estableixen per al control de distàncies de seguretat i de les indicacions de mesures d'higiene.

- Rentat de mans de manera freqüent.
- Tapar-se la boca i el nas amb mocadors d'un sol ús o amb la cara interna del colze en el moment de tossir o esternudar i rentat de mans de seguida.

- Com a norma general, es mantindrà una distància habitual (entre 1 i 2 metres).
- S'evitarà el contacte proper amb persones que tinguin símptomes d'infecció respiratòria (tos o esternuts, fonamentalment). En cas que es manipuli algun objecte d'aquelles persones, es rentaran després les mans.
- Després de manipular objectes de tercers, caldrà abstenir-se de tocar-se la boca, nas i ulls sense abans haver-se rentat les mans.
- Es disposarà de dispensadors amb solució hidroalcohòlica per a rentat de mans.

PROGRAMACIÓ

09:00h a 09:30h PASSEM LLISTA i ENS DIRIGIM ALS ESPAIS. DISTRIBUCIO DE LES ACTIVITATS.

09:30h a 11:00h ACTIVITATS 1ª PART

11:00h a 11: 30h ESMORÇAR i POSAR CREMA, HIDRATAR

11:30h a 13.30h ACTIVITATS 2ª PART

13:30h a 14:00h RECOLLIM MATERIAL, BALDEGEM, ORDENEM ARMILLES, ENS CANVIEM.

14:00h a 15:00h MENJADOR

ACTIVITATS D'ESTIU

Les activitats d'ESTIU a la Base Nàutica son a l'aire lliure, s'engloben a dins del grup d'activitats a la natura i dels esports d'aigua, així com de la cultura de platja.

Dins del recinte de la Base Nàutica els materials de cada activitat delimiten les diferents àrees per a distribuir els grups.

ZONA DE CAIAC

ZONA DE WINDSURF

ZONA DE SURF i BODY BOARD

Página 8 de 17

ZONA DE PADDLE SURF

ZONA DE BIG SUP

ZONA DE CATAMARÀ

ZONA DE PATÍ CATALÀ

ZONA D'OPTIMIST

ZONA D'SK8

Es conformen grups per a cada activitat i que no superen els 10 integrants.

L'ESPAI PER A ÚS LLIURE A LA ZONA DE VARADA DE LA INSTAL·LACIO BASE NÀUTICA ÉS DE MES DE 800M2.
ENS PERMET MANTENIR LA DISTÀNCIA DE SEGURETAT DE 4M2/USUARI.

PERMET L'AFORAMENT DE 130 USUARIS AMB TOTAL SEGURETAT.

INSCRIPCIONS DEL CAMPUS OLIMPIA i DISTRIBUCIÓ DELS SEUS GRUPS

Hem aplicat reduccions al nombre total de places disponibles, per tal de millorar la seguretat, així com per a millorar la qualitat en el seu aprenentatge.

HEM DISMINUÏT EL PERCENTATGE D'INSCRITS D'ALTRES ANYS DE MANERA QUE EL MÀXIM DE PARTICIPANTS NO SOBREPASSA ELS 100 INSCRITS per torn i dia. Aquests percentatges poden variar en funció dels canvis en les mesures del confinament.

Anàlisi de la realització de les activitats en el medi

La realització de les activitats es produeix en diferents espais del medi natural, com descrivim:

LA PLATJA

L'extensió de la platja que compren la prolongació dels canals balisats d'entrada i sortida d'embarcacions i que estan lliures per als integrants del Campus.

Diferents usos de l'espai de platja:

- Muntat dels 2 camps de vòlei platja.

Activitat de vòlei-platja al camp Municipal i als complementaris.

- Muntat i trimat d'embarcacions.
- Indicacions prèvies a l'entrada a l'aigua, feedback a la sortida de l'aigua.
- Entrada i sortida, accés a l'aigua delimitat per els canals d'entrada i sortida.

VORAMAR

L'espai del mar proper a la sorra, a on fem peu, en els llandars del canal balisat per a entrada i sortida d'embarcacions i que utilitzem per a la pràctica durant la iniciació fins a la sortida a mar obert. Hem de tenir en compte diferents consideracions com són; vigilar l'entrada i sortida d'embarcacions per a no obstaculitzar-les.

Així com és molt important evitar d'envair la zona de banyistes. De la mateixa manera, els banyistes han d'evitar envair la zona del canal abalisat.

LA ZONA DE SURF

Espai de la costa a on trenquen les onades i que es destina a la pràctica del surf, del SUP i del Body Board, així com del Body Surfing. Es prenen en consideració les diferents corrents que es formen, a partir de la direcció de les onades, del vent, de la forma de la costa i del fons del mar que tots ells determinaran la forma de la trencant.

Els surfistes es mouen per a mantenir la seva posició i per situar-se en la zona més adequada per agafar la onada. Remen per

aconseguir la prioritat o preferència de dret de pas per a agafar una onada. Els surfers es regeixen per la normativa de prioritats que s'estableix per igual en tots els punts de surf i que han de conèixer.

MAR OBERT

Distància màxima fins a la qual es pot navegar i que correspon a la del arc d'1 milla nàutica, que permet divisar el punt de terra de partida.

Delimita la zona de seguretat que utilitzem per a la navegació amb catamarà, òptimist, les travesses amb caiac o Stand Up Paddle Surf i el windsurf avançat.

En aquest espai utilitzem el suport de la llanxa per al control de les activitats.

ACTIVITATS DE CAMPUS

Organització:

SK8 I SURF

- Grup de 10 a 12 nens amb 2 monitors (1 responsable d'activitat i 1 responsable en seguretat i higiene).
- Realitzaran activitats individuals amb el material següent:

taula sk8

taula surf

taula skimboard

taula stand up paddle surf

OPTIMIST

- Grup de 10 a 12 nens amb 2 monitors (1 responsable d'activitat i 1 responsable en seguretat i higiene).
- Realitzaran activitats individuals amb el material següent:

embarcacions optimist

CATAMARÀ

- Grup de 10 a 12 nens amb 2 monitors (1 responsable d'activitat i 1 responsable en seguretat i higiene).
- Realitzaran activitats en grups de 3 per a cada embarcació, es situaran distanciats en la mateixa i es realitzarà rentat de la mateixa abans, durant i posterior a l'activitat, es valorarà l'ús de mascaretes durant l'activitat.

POLIESPORTIU

- El grup de poliesportiu es dividirà amb 5 - 6 grups de 10 integrants amb 2 monitors (1 responsable d'activitat i 1 responsable en seguretat i higiene) cadascun.
- Realitzaran activitats individuals ó per parelles, amb el material següent:
 - 3 taules de big sup; es repartiran en les 3 taules gegants de sup un màxim de 3-4 nens per taula
 - 5- 6 caiacs; per parelles a cada caiac, els caiacs son de 3pax però reduïm la seva utilització a 2pax
 - 5- 6 windsurfs, aniran per parelles, mentre 1 subjecta la taula l'altre aixeca la vela, fomentem el treball en equip i facilita l'aprenentatge en els seus inicis.
- Grup de vòlei platja; es muntaran 2 camps i es formaran 4 equips de 3 jugadors .
- Grup de sup, faran stand up paddle surf de forma individual preferentment.

Els circuits d'accés al material passen pel rentat de mans previ i posterior a l'activitat i el rentat del material previ i posterior a l'activitat, a les zones dedicades pel rentat descrites en l'apartat del protocol d'usos i accés al mar.

PARTICIPANTS

En cap cas podran participar en el campus quan es trobin malament, amb algun d'aquest símptomes:

Febrícula o febre ($\geq 37,30C$)

Tos i/o dificultat per respirar

Congestió nasal i/o mal de coll
Mal de panxa, vòmits i/o diarrea
Malestar general o dolor muscular

Hauran d'anar cap a casa i es podran incorporar al campus quan estiguin asimptomàtics durant 48h.

En la mesura d'allò possible s'evitarà que es toquin la cara, si bé en el nostre campus estaran en contacte pràcticament permanent amb l'aigua del mar, la qual no comporta cap risc.

Evitarem el contacte físic del tronc superior i la cara.

Es farà participar als infants per a dissenyar i repensar les activitats complementàries de l'educació del lleure.

Estarà prohibit fer ús d'espais a on no es pot garantir la distància de seguretat. En cas d'haver de fer-ne ús, degut per exemple a inclemències del clima, tempesta elèctrica, etc en aquest cas s'utilitzarà la mascareta.

Els nens s'hauran de prendre la temperatura des de casa i es repetirà la mediació en cas de dubte, a la instal·lació.

Quan passem llista apuntarem la temperatura i ho repetirem diàriament durant tota la setmana.

L'accés a la instal·lació dels participants al campus haurà de ser individual i només podrà ser per accedir a d'infermeria o al lavabo.

Les instal·lacions estaran ventilades permanentment, el disseny de les mateixes ens permet tenir oberta la instal·lació de proa a popa i normalment corre l'aire, amb el terral del matí i amb la marinada durant el dia.

Aquestes instal·lacions seran desinfectades diàriament.

L'arribada dels nens i la recollida es farà esglaonada i els familiars hauran d'esperar fora de la tanca perimetral de la instal·lació.

Prioritàriament passarem llista en el següent ordre: 1er optimist, 2on poliesportiu, 3er sk8 i surf, 4rt catamarà

Hi haurà espais dedicats per a cada activitat del campus i espais per a cada grup de convivència format.

Els monitors informaran de la seva localització en la primera jornada del campus.

Es repartiran dues samarretes per participant, per tal d'evitar al màxim els intercanvis i contactes i no es repartiran més samarretes extra, degut a la seva pèrdua o per la participació a més torns, és a dir, si el participant està apuntat a diferents torns haurà de conservar les dues samarretes subministrades d'inici.

Els participants hauran d'aparèixer en el llistat d'inscrits de cada torn i activitat de l'entitat. En cas d'error hauran d'esperar a la fi de l'entrada de tots els participants per a resoldre la seva incidència. En aquest cas s'hauran d'adreçar al mostrador de la instal·lació per a ser atesos.

L'entrega de documentacions de cada participant es farà a través del correu electrònic de campus@basenautica.org



1.0 PROTOCOL D'USOS i ACCES AL MAR

CIRCUITS D'ACCÉS ALS SERVEIS DE LES INSTAL·LACIONS

S'han establert circuits per formar recorreguts que eviten els creuaments entre abonats i usuaris.

- Passadís 1 d'accés al mar, per abonats.
- Passadís 2 d'accés al mar per a usuaris.

S'han establert 2 punts de neteja de material.

- Punt de desinfecció 1 box 1
- Punt de desinfecció 2 box 2

S'han delimitat dues zones:

- Zona d'abonats per accés a la zona de panyols a on tenen el seu material.
- Zona d'usuaris, a l'espai a on hi ha el material de lloguer. veieu fotografies.

1.1 PUNTS DE DESINFECCIO I BALDEIG D'EMBARCACIONS

BOX 1: Manegues i karcher al costat entrada/sortida principal amb dipòsit d'aigua i lleixiu o sabó.

BOX 2: Manegues de la palmera datilera

Els punts de desinfecció del material s'estableixen en forma de circuit i en diferents punts

- Circuit de neteja d'armilles salvavides i neoprens • punts de desinfecció d'armilles i neoprens

- Punts de assecat d'armilles i neoprens
- Punt d'estiba i recollida de material

AFORAMENT

Aplicarem la reducció de l'aforament necessari per a garantir les distàncies de seguretat. L'espai necessari aconsellat per a complir les normes de seguretat i higiene l'establirem en 4m²/persona.

L'espai de la instal·lació segons normativa:

1.130 m² edificats i 2.670m² d'espai obert

L'espai lliure per a la circulació correspon a uns 1068m².

Disposem de la meitat d'aquest espai, equivalent a 534m². Calculem l'aforament per a 4m²/persona, resulta en 133 persones.

Capacitat dels espais interiors de la instal·lació m²

Càlcul aforament a 4m²/ persona, resulta en 82 persones repartides en l'ocupació dels següents espais:

Recepció 103,20m² -----→25 persones

Despatx 24,83m² -----→6 persones

(Aula 1) 43,59m² -----→10 persones

(Aula 2) 58,94m² -----→14 persones

Vestuari masculí 59,02m² -----→14 persones

Vestuari femení 54,60m² -----→13 persones