



# 2ª CONCENTRACIÓN JÓVENES PROMESAS



Campamento Benasque 5-8 Diciembre

La concentración consistirá en un campamento de invierno de judo en el que se llevarán a cabo clases de judo en el Polideportivo de Benasque, actividades de convivencia, lúdico deportivas y de ocio.

El Campamento de Benasque comienza el **día 5** con la llegada a Madrid entre las 8:30 y 10:00 de tod@s l@s judokas de la FEDC, excepto l@s de Aragón.(mirar página 3)

La organización de la FEDC recogerá a cada un@ de l@s deportistas en sus respectivas estaciones (Atocha, Chamartín y Príncipe Pío).

Partiremos de Madrid con 3 furgonetas de la FEDC sobre las 10:00.

Se harán las paradas correspondientes.

Pararemos a comer la comida en ruta que incluye la FEDC.

Pararemos también en **Zaragoza, en la estación del norte** para recoger al equipo aragonés sobre la **13:15. HORA ESTIMADA DE LLEGADA A BENASQUE**

Entre las **17:00 y las 19:00**

(mirar página 2)

El **día 8** todas las delegaciones volverán a Madrid, excepto la de Aragón.

Se harán las paradas correspondientes.

Pararemos a comer la comida en ruta que incluye la FEDC.

Parada **en la estación del norte de Zaragoza** sobre las **11:15.**

**HORA DE SALIDA DE BENASQUE** Entre las **8:00 y las 10:30**

(mirar página 3)



## VIAJE DE IDA

### MÁLAGA, CASTILLA Y LEÓN, ALICANTE, SEVILLA

Los animadores os enviarán los billetes de tren/bus.

La organización os recogerá en las respectivas estaciones.

HORA DE SALIDA DE MADRID (APROX) 10:00

### CÁCERES

Los animadores os enviarán los billetes de tren/bus.

HORA DE SALIDA DE MADRID (APROX) 12:00

### MADRID

Salida desde la FEDC (Paseo la Habana 208)

HORA DE SALIDA DE MADRID **12:00**

### ARAGÓN

Salida desde la Estación Norte de Zaragoza.

HORA DE SALIDA DE ZARAGOZA (APROX) **13:15**

HORA APROX LLEGADA A BENASQUE 17:00 - 19:00

DESAYUNO EN RUTA MÁX 5€: L@s judokas cuyo transporte sale antes de las 8:00 podrán comprar o consumir desayuno por ese importe. (Mantener ticket)

COMIDA EN RUTA: Tod@s



## VIAJE DE VUELTA

### MÁLAGA, CASTILLA Y LEÓN, ALICANTE, SEVILLA

Los animadores os enviarán los billetes de tren/bus.

La organización os dejará en las respectivas estaciones.

HORA DE LLEGADA A MADRID (APROX) 18:30

### CÁCERES

Los animadores os enviarán los billetes de tren/bus.

HORA DE LLEGADA A MADRID (APROX) 15:50

### MADRID

Llegada a la Estación de Atocha (recogida en la oficina de ATTENDO)

HORA DE LLEGADA A MADRID (APROX) **18:30**

### ARAGÓN

Llegada a la Estación Norte de Zaragoza.

HORA DE LLEGADA A ZARAGOZA (APROX) **11:15**

HORA SALIDA DE BENASQUE 8:00 Y 10:30

COMIDA EN RUTA: Tod@s

CENA EN RUTA MÁX 12€: L@s judokas cuyo transporte llegue más tarde de las 23:00 podrán comprar o consumir cena por ese importe. (Mantener ticket)



## PROGRAMA (Orientativo)

### LUNES

#### MAÑANA:

VIAJE DESDE LAS DIFERENTES  
PARTES DE ESPAÑA

14:00 COMIDA EN RUTA

17:00 - 19:00 LLEGADA

19:00 - 20:30 ACTIVIDADES

20:30 - 21:00 DUCHA

21:00 - 22:00 CENA

ACTIVIDADES PRESENTACIÓN

### MARTES

9:00 - 10:00 DESAYUNO

11:00 - 13:00 JUDO

14:00 - 15:00 COMIDA

15:00 - 16:30 DESCANSO

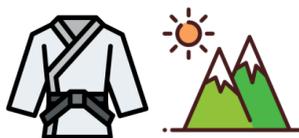
17:00 - 19:00 JUDO

19:00 - 20:30 ACTIVIDADES

20:30 - 21:00 DUCHA

21:00 - 22:00 CENA

VELADA NOCTURNA



## PROGRAMA (Orientativo)

### MIÉRCOLES

9:00 - 10:00 DESAYUNO

11:00 - 17:00 EXCURSIÓN A  
LA NIEVE

18:00 - 20:00 JUDO

20:30 - 21:00 DUCHA

21:00 - 22:00 CENA

NOCHE DESPEDIDA

### JUEVES

9:00 - 10:00 DESAYUNO

10:30 SALIDA DELEGACIONES:

MÁLAGA, CASTILLA Y LEÓN,  
ALICANTE, SEVILLA y MADRID

COMIDA EN RUTA DE PICNIC

7:00 - 7:40 DESAYUNO

8:00 SALIDA DELEGACIONES:

ARAGÓN, CÁCERES



## ALOJAMIENTO



El alojamiento se realizará en el **Hotel el Pilar**, ubicado en la Avenida de Francia número 67, 22440 - Benasque (Huesca).

**HORA ESTIMADA DE LLEGADA** Entre las **17:00** y las **19:00**

La actividad de JUDO se realizará en el **pabellón municipal de Benasque**.

La actividad de NIEVE se realizará en **Cerler**.

### ROPA RECOMENDADA

Se trata de un campamento de invierno en el que a parte de judo haremos actividades al aire libre en una zona de bajas temperaturas probablemente nevada.

Recomendamos llevar:

- ROPA DE NIEVE (abrigo y pantalones impermeables)
- CALZADO DE NIEVE / MONTAÑA
- GORRO, BUFANDA, GUANTES, GAFAS DE SOL
- ROPA DE DEPORTE
- JUDOGUI (Si no tiene enviar correo a [mafera@once.es](mailto:mafera@once.es))

### CONTACTO

EMAIL [mafera@once.es](mailto:mafera@once.es)

TELÉFONO 667138440