



# CONCENTRACIÓN JÓVENES PROMESAS PROMO



III Campamento Benasque 5 – 8 Diciembre 2024

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.

Es un campamento para jóvenes dónde el nivel de judo no importa. Convivirán deportistas de diferentes tipos, los habrá que prueban este deporte por primera vez, los que se estarán iniciando y otros que ya llevarán tiempo practicando.

El Campamento de Benasque comienza el **jueves 5** de diciembre con el viaje de ida y termina el **domingo 8** con la vuelta.

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

Por lo general, casi todos los deportistas (depende de la procedencia) viajarán a Madrid. De ahí, saldremos todos en furgonetas a Benasque. La vuelta será a la inversa, volveremos a Madrid y de ahí cada deportista cogerá su transporte de vuelta a casa.

La Federación Española de Deportes para Ciegos (FEDC) cubre con todos los gastos incluidos transporte, alojamiento y manutención.

## CONTACTO

**Marina Fernández**  
**Directora Técnica Judo**

EMAIL [mafera@once.es](mailto:mafera@once.es)  
TELÉFONO 667138440 / 913536171



## PROGRAMA (Orientativo)

### JUEVES 5

#### MAÑANA:

VIAJE DESDE LAS DIFERENTES  
PARTES DE ESPAÑA

14:00 COMIDA EN RUTA  
(CUBIERTA)

17:00 - 19:00 LLEGADA

19:00 - 20:30 ACTIVIDADES

20:30 - 21:00 DUCHA

21:00 - 22:00 CENA

ACTIVIDADES PRESENTACIÓN

### VIERNES 6

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)

### SÁBADO 7

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

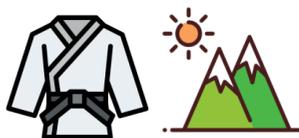
NOCHE DESPEDIDA

### DOMINGO 8

9:00 - 10:00 DESAYUNO

10:30 VIAJE DE VUELTA

COMIDA EN RUTA DE PICNIC  
(CUBIERTA)



## PLAN DE VIAJE

### MADRID

Salida desde la FEDC (Camino de las Hormigueras 172, 28031)

HORA DE SALIDA DE MADRID (APROX) **10:00**

### ARAGÓN y CATALUÑA

Salida desde la Estación Norte de Zaragoza.

Deportistas de Cataluña viajarán en tren hasta Zaragoza donde les recogerá la organización.

HORA DE SALIDA DE ZARAGOZA (APROX) **13:30**

### DEPORTISTAS DE OTRAS COMUNIDADES AUTÓNOMAS

El viaje será en tren o avión (islas) hasta Madrid.

Los menores de 14 años viajarán acompañados de personal FEDC desde la estación de tren inicial.

Los mayores de 14 años por lo general viajarán con el servicio de asistencia ACERCA hasta Madrid donde la organización recogerá a todos en sus respectivas estaciones de destino.

Los animadores de vuestras correspondientes DT os enviarán los billetes de tren o avión.

HORA DE SALIDA DE MADRID (APROX) **11:00**

**La vuelta será a la inversa**

HORA APROX LLEGADA A BENASQUE (5 DIC) 17:00 - 19:00

HORA SALIDA DE BENASQUE (8 DIC) 10:00



## COMIDA EN RUTA

### **JUEVES 5 DIC**

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: Comemos todos de picnic proporcionado por la FEDC.

### **DOMINGO 6 DIC**

COMIDA EN RUTA: Comemos todos de picnic proporcionado por la FEDC.

CENA EN RUTA MÁX 15€: L@s judokas cuyo transporte llegue más tarde de las 23:00 podrán comprar o consumir cena por ese importe. (Mantener ticket)



## LUGARES DE LA ACTIVIDAD

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**, ubicado en Av. Luchon Edificio Luchon, s/n, 22440 Benasque, Huesca.

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