

**RUN  
FORZ  
RUN**



## REGLAMENTO 2024

**Art.1:** Introducción: Desde el Campamento de verano RFR SUMMER CAMP creemos que los períodos vacacionales son perfectos para promover el aprendizaje a través del deporte y generar nuevas experiencias que los niños/as recordarán siempre.

Nuestro principal objetivo es que los niños/as de 6 a 17 años lo pasen bien y crezcan como personas, con unos valores que les sirvan para hoy y para el futuro y gracias al deporte, como hilo conductor y a nuestro gran equipo humano estamos convencidos de que disfrutarán de una experiencia única y enriquecedora.

El hilo conductor será el deporte: fútbol, baloncesto, surf, kayak, voley, tiro con arco, bowling, tenis de mesa, senderismo... y tenemos preparadas múltiples actividades de carácter lúdico como excursiones, juegos, competiciones, gimkanas, playbacks, concursos, búsqueda del tesoro, cine, teatro, alguna visita especial y sorpresas que pronto descubrirán.

**Art. 2:** El RFR Summer Camp está organizado por RunFozRun en colaboración con CA Ría de Foz y la Asociación Deportiva y Cultural Os Castros de Cangas.

**Art. 3:** Todos los campistas por el hecho de formalizar su inscripción, aceptan el presente reglamento y dan su consentimiento para que la organización del RFR Summer Camp 2024, por sí misma o mediante terceras entidades, trate informáticamente y con finalidad exclusivamente deportiva, promocional o comercial sus datos de carácter personal. Cualquier aspecto relativo al evento no recogido en este reglamento quedará bajo supervisión y/o juicio del comité organizador y director del campamento.

**Art. 4:** Podrán participar todos los niños y niñas entre 6 y 17 años (nacidos entre 2018 y 2006) hasta completar las 100 plazas ofertadas.

**Art. 5:** Los niños y niñas serán agrupados en grupos en función de las edades y afinidades; no obstante habrá dinámicas generales y colaborativas entre grupos.

**Art. 6:** Cada grupo lo conformarán 20 campistas como máximo y tendrán dos monitores asignados en todo momento. (ratio: 1 monitor/10 niños)



**Art. 7:** Todos los campistas estarán cubiertos por un seguro RC y seguro de accidentes. A la hora de inscribirse será necesario indicar aspectos relevantes del campista (salud), alergias, intolerancias...

**Art. 8:** Las actividades programadas son orientativas y podrán variar en función de la climatología. Además no es obligatorio realizar el conjunto de actividades y/o deportes. Se trata de que los campistas lo pasen bien y habrá alternativas, en la medida de lo posible, en función de los gustos del campista. Algunas de las actividades y/o deportes realizadas en ediciones anteriores:

- FÚTBOL.
- BRILÉ
- JUEGOS DE MESA.
- CINE Y TEATRO.
- BALONCESTO.
- 3 EN RAYA.
- MANUALIDADES.
- TORNEOS Y SORTEOS.
- VOLLEY.
- ESCAPISMO.
- HINCHABLES.
- FIESTA DE DISFRACES.
- ATLETISMO.
- PILLA-PILLA.
- GRANPRIXCANGAS.
- GIMKANAS.
- BALONMANO.
- ESCONDITE.
- JUEGOS ACUÁTICOS.
- PISTAS EN FOZ Y BURELA.
- TIRO CON ARCO.
- POLIS Y CACOS.
- SURF.
- PLAYA
- TENIS DE MESA.
- PARACAÍDAS.
- KAYAK.
- CHURRASCADA Y FIESTA FAMILIAS.
- BOWLING.
- JUEGO DEL VIRUS.
- SENDERISMO AVENTURA.
- EVENTOS DEPORTIVOS (OPC)
- PETANCA.
- BATALLA NAVAL.
- SCAPE ROOM.
- GAMIFICACIÓN Y ROLEPLAYING.

**Art. 9:** Instalaciones: El campamento está situado en un enclave único y privilegiado en Cangas de Foz, el centro de A Mariña Lucense, a tan solo 5 minutos de Burela y 8 minutos de Foz. Las instalaciones cuentan con un campo de fútbol con gradas, un pabellón, sala de teatro, vestuarios, cafetería, palco al aire libre, sala de ordenadores, etc. Además, se encuentra a aproximadamente 1km de la playa de Areoura y de la playa de Os Xuncos, a las que se puede llegar caminando por senderos naturales pegados a la costa.

**Art. 10:** Fechas y horarios: El campamento se desarrolla de Lunes a Viernes durante el mes de Julio iniciándose el mismo el lunes 1 de julio y finalizando el miércoles 31 de julio, habiendo dos días festivos durante el mes: el 16 de julio Día del Carmen y el 25 de Julio Día de Santiago Apostol.

- Horario general: 10:00h a 13:30h
- Horario con madrugadores: 09:00h a 13:30h
- Horario con comedor: 10:00h a 15:15h
- Horario completo (madrugadores + comedor): 09:00h a 15:15h



**Art. 11:** Cuotas 2024:

- CUOTA COMPLETA (Mes entero): Incluye campamento en horario general + 1 actividad surf/kayak + camiseta camp + gorra camp = 320€
- CUOTA QUINCENA (Dos semanas): Incluye campamento en horario general + camiseta camp + gorra camp = 230€
- CUOTA SEMANAL (Una semana): Incluye campamento en horario general + gorra camp = 150€

**Descuentos:** Hermanos: 15%, Asociación CyD Os Castros 10%, Socios CA Ría de Foz 20%

**EL DESCUENTO SE APLICA A LAS CUOTAS 2024. (NO APPLICABLE A SERVICIOS COMPLEMENTARIOS)**

**Art. 12:** Servicios complementarios:

- SERVICIO MADRUGADORES (Mes entero): Con entrada a 09:00h = + 50€ (*mínimo 10 campistas*)
- TICKET DIARIO MADRUGADORES: 3€ (*Indicar reserva el propio día al entrar al campamento*)
- SERVICIO COMEDOR (Mes entero): Con salida a las 15:15h = + 150€ (*mínimo 20 campistas*)
- TICKET DIARIO COMEDOR: 10€ (*Indicar reserva el propio día al entrar al campamento*)
- ACTIVIDAD EXTRA SURF/KAYAK: Consultar

**Art. 13:** Formulario datos campistas menores de edad:

MANIFIESTO MI CONFORMIDAD EXPRESA Y AUTORIZO a que mi hijo/tutelado, los datos del cual han sido reseñados en el presente formulario, pueda participar en el “RFR Summer Camp 2024”, autorizando a que los datos personales consignados en el presente formulario sean comunicados a RunFozRun con el objeto de remitir en un futuro información comercial y publicitaria de sus actividades, novedades, servicios y productos, autorizando expresamente a que sus datos puedan ser cedidos a terceras empresas con la finalidad antes señalada, consintiendo que las citadas comunicaciones de carácter publicitario o promocional puedan ser realizadas por cualquier medio, incluido el correo electrónico u otro medio de comunicación electrónica equivalente, de conformidad con lo establecido en el art. 21 de la Ley 34/2002, de 11 de julio, de Servicios de la Información y del Comercio Electrónico. Asimismo, los participantes autorizan al organizador del evento, colaboradores o a sus patrocinadores para la toma de fotografías o la grabación de videos del evento deportivo, consintiendo que su nombre y apellidos, así como su imagen, incluida la voz, pueda ser publicitada en cualquier medio (prensa, televisión, internet, boletines, o cualquier otro acto publipromocional), sin que dicho uso le confiera derecho a percibir compensación económica alguna. En relación a RunFozRun, Ud. puede revocar en cualquier momento su consentimiento dirigiéndose al mail runfozrun@gmail.com Ud. tiene el derecho de acceso, rectificación, cancelación y oposición, en los términos establecidos en la legislación vigente.

Marque esta casilla si NO desea recibir información y entregue este documento impreso a la organización el primer día de campamento.



**Art. 14:** Por el mero hecho de inscribirse, el campista declara estar en perfecto estado de salud y apto para la práctica deportiva. La organización no se hará responsable de los daños que los participantes puedan causarse a sí mismos o a terceros durante el campamento.

**Art. 15:** La organización reservará 5 plazas para posibles becas. Así mismo, la organización se reserva el derecho de admisión.

**Art. 16:** Al inscribirse, el campista (o su representante legal en caso de menor) acepta que la organización del campamento pueda utilizar, publicar, emitir, incluir en páginas web, etc, cualquier fotografía, diapositiva, video o cualquier otro tipo de grabación realizado durante su participación en este evento.

**Art. 17:** Cualquier reclamación relativa al campamento deberá hacerse por escrito, y presentando el DNI al director del campamento u organizador<sup>1</sup>.

**Art. 18:** La organización podrá modificar los horarios y/o actividades del campamento si se viese obligada por causas meteorológicas, de seguridad o cualquier otro motivo de fuerza mayor. De producirse estas modificaciones se informará, a través de la web de inscripción online y las redes sociales de la organización, además del grupo interno de what's app.

**Art. 19:** Normas internas para los participantes:

- Respetar y acatar la tutorización, órdenes y directrices organizativas de los/as monitores/as o personal del Campamento, así como las medidas disciplinarias si las hubiese.
- No salir bajo ninguna circunstancia de ninguna actividad sin la tutorización y acompañamiento del personal del Campamento.
- Ser respetuosos/as, tolerantes, y no violentos/as (ni verbal ni físicamente), e informar rápidamente al personal del Campamento si presencian o sufren alguna actitud o acción que no respete esos valores.
- Cuidar en todo momento las instalaciones, transporte, materiales, mobiliario, etc., respondiendo individualmente de los daños que ocasionen con actos no adecuados o con un mal uso.
- Respetar la separación de zonas (baños, vestuarios, etc....). No se permite acceder a las zonas asignadas al otro sexo.
- Respetar el derecho al honor y a la intimidad personal de los/as compañeros/as, monitores/as del Campamento. Esta normativa incluye que se prohíbe sacar fotos, y gravar imágenes o sonidos con cualquiera dispositivo móvil, salvo las propias de la organización del Campamento.
- Respetar los objetos personales y pertenencias de los/as compañeros/as, monitores/as del Campamento.

<sup>1</sup> No se realizarán devoluciones salvo causa debidamente justificada. En dicha circunstancia se perderá el importe de reserva (50€)



- Avisar con la mayor brevedad posible al personal del Campamento si se sienten indisponentes/as, se lesionan o enferman (o son testigos/as de estas situaciones en otras personas), para comunicarlo a los responsables y determinar con la mayor diligencia las medidas oportunas.
- No ingerir, ni estar en posesión de ninguna substancia ilegal o prohibida o perjudicial para la salud.
- No está permitida la posesión de objetos peligrosos y el uso de éstos o de cualquier otro objeto similar que pueda producir accidentes o lesiones.
- No está permitido el uso de teléfonos móviles y aparatos electrónicos durante el horario del Campamento salvo causa justificada y autorizada por algún monitor (deberán estar guardados en la mochila).

**Art. 20:** Normas internas para padres/madres/tutores legales, etc:

- Hacer llegar formalmente (en la Inscripción y en la Entrada) información detallada de todas las intolerancias alimenticias, limitaciones físicas o psíquicas, discapacidades, alergias, enfermedades, o cualquier factor de riesgo para la salud que pudieran tener los/as participantes, con el fin de tomar las medidas oportunas. Igualmente, se hará llegar formalmente información detallada de la posible medicación o substancias terapéuticas que los/as participantes tengan que ingerir durante la estancia en la actividad.
- Será posible recoger de la actividad a los/as participantes en el momento en que sea necesario (imprevistos), o vean conveniente, avisando con la máxima antelación posible y acordando el horario previamente con la organización. Igualmente se tendrá la obligación de recoger a la/el participante si se produce indisposición, enfermedad, o cualquiera eventualidad que le impida continuar en la actividad, así como debido a la posible reiteración mal intencionada y desafiante de faltas leves, o al cometerse alguna falta grave o muy grave.
- Facilitar a la organización por lo menos un número de teléfono y un correo electrónico para optimizar la comunicación y la coordinación ante posibles incidencias. Además se incorporará a un grupo de what's app informativo oficial del RFR Summer Camp.
- En caso de lesión, daño o enfermedad en el transcurso del campamento se seguirán escrupulosamente las directrices y protocolos indicados para tal efecto por la organización y por el seguro del campamento, exonerando de cualquiera responsabilidad a la organización o seguro si se obviasen o no se siguieran o cumpliesen dichos protocolos de actuación.

**Art.21:** Normativa madrugadores y comedor. Como novedad incorporamos servicio de madrugadores y comedor para mayor facilidad y conciliación familiar y laboral.

- Para servicio puntual (día) de madrugadores deberán informar el día anterior y comprar ticket-madrugadores a la entrada del campamento.
- Será necesario informar de posibles alergias e intolerancias.
- El campista deberá asearse (lavar manos) antes de entrar al comedor.
- Deberán cumplir la normativa y hacer caso a las indicaciones de los monitores.
- En caso de querer adquirir vale diario deberá informarse antes de las 10:00h del mismo día y comprar ticket-comedor a la entrada del campamento.



**JULIO  
2024**

# Menú

## Run Foz Run Summer Camp

 1	 2	 3	 4	 5
1. Pasta con atún 2. Merluza a la romana con patata 3. Yogurt	1. Judías con jamón 2. Pollo asado con patatas 3. Fruta	1. Empanadillas 2. Chuleta de cerdo con guarnición 3. Yogurt	1. Guisantes con jamón 2. Albóndigas de pescado 3. Fruta	1. Paella 2. San Jacobo casero con ensalada 3. Helado
 8	 9	 10	 11	 12
1. Pasta boloñesa 2. Tortilla con ensalada 3. Yogurt	1. Ensaladilla rusa 2. Pescado con arroz 3. Fruta	1. Menestra de verdura 2. Lacón asado con patatas 3. Yogurt	1. Empanada de atún 2. Albóndigas con arroz 3. Fruta	PICNIC Bocadillo, fruta y chocolatina
 15	 16	 17	 18	 19
1. Judías con huevo y tomate 2. Pollo al ajillo 3. Yogurt		1. Fideuá 2. Milanesa con patatas y tomate 3. Fruta	1. Ensaladilla rusa 2. Pescado con patatas 3. Yogurt	1. Ensalada de arroz 2. Costilla asada con patatas 3. Helado
 22	 23	 24	 25	 26
1. Ensalada de tomate y atún 2. Huevos fritos con bacon 3. Yogurt	1. Menestra de verduras 2. Milanesa con patatas 3. Fruta	1. Fideuá 2. Pescado con ensalada 3. Yogurt		PICNIC Bocadillo, fruta y chocolatina
 29	 30	 31		
1. Judías con jamón 2. Cachopito de ternera con patatas 3. Fruta	1. Ensaladilla rusa 2. Pescado con patatas 3. Yogurt	1. Paella 2. Ternera estofada 3. Helado		



## MODELO DE HORARIO DE CAMPAMENTO:

- 9:00: Entrada madrugadores y actividades en las instalaciones.
- 10:00: Entrada general
- 10:10: Actividades programadas
- 12:00 Recreo y merienda
- 12:30 Actividades programadas
- 13:30 Salida general y entrada a comedor
- 14:45 Actividades programadas
- 15:15 Salida comedor

Los niños y niñas estarán en todo momento supervisados por los/as monitores/as del campamento.

# JULIO • 2024

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1 Bienvenida campistas Juegos de introducción	2 Torneo deportivo	3 Juego de pistas en FOZ	4 Senderismo Multiaventura	5 Playa
8 Cine y teatro	9 Playa	10 Juego de la Oca Gigante	11 Torneo deportivo	12 Surf y kayak
15 Juego de pistas en BURELA	16	17 Playa	18 Gymkana acuática Grand Prix	19 Torneo deportivo
22 Playa	23 Búsqueda del tesoro	24 Torneo deportivo	25	26 Surf y kayak
29 Torneo deportivo	30 Playa	31 FIESTA DESPEDIDA Disfraces		

# RUNFOZRUN



TE AYUDAMOS A FORMALIZAR LA INSCRIPCIÓN

• MODALIDAD DE INSCRIPCIÓN MEDIANTE WEB/PASARELA DE PAGO SPORTMANIACS:

1. Entrar en la web [www.sportmaniacs.com](http://www.sportmaniacs.com) y en el buscador escribir: RUN FOZ RUN SUMMER CAMP 2024.
2. Cumplimentar los datos personales para la inscripción, seleccionar cuotas, servicios complementarios (opcionales) y comprobar si puedo optar a alguno de los descuentos y si es el caso, introducir el código de descuento antes de proceder al pago. (Se comprobará la veracidad de los datos y podrá solicitarse la documentación oportuna para justificar el descuento).
  - a. En el caso del descuento por ser socios del la Asoc. Os castros (10%) se deberá introducir el siguiente código: **RFRCASTROS24**
  - b. En el caso del descuento por ser socios del C.A Ría de Foz (20%) se deberá introducir el siguiente código: **RIFOLU24**
  - c. En el caso de descuento por segundo/a, tercer y sucesivos/as hermano/a, no se deberá introducir el código en la primera inscripción. Pero si en la segunda, tercera y sucesivas si es el caso de tener hermanos/as. **SOLICITAR CÓDIGO INDIVIDUALIZADO A ORGANIZACIÓN** Ejemplo:

Primera inscripción:

MATEO RODRÍGUEZ PÉREZ\_12 AÑOS\_ CUOTA COMPLETA\_ 320€ \_ FORMALIZA INSCRIPCIÓN \_ CÓDIGO DE DESCUENTO: SIN CÓDIGO \_ TOTAL A PAGAR: 320€.

Segunda inscripción:

CARMEN RODRÍGUEZ PÉREZ\_ 9 AÑOS\_ CUOTA COMPLETA\_ 320€\_ FORMALIZA INSCRIPCIÓN\_ CÓDIGO DE DESCUENTO: SUMMER\_010724 \_ + COMEDOR (150€) TOTAL A PAGAR: 288€ + 150€.

3. Finalizar inscripción, proceder al pago y generar justificante.
4. Descargar justificante de pago y Anexo I cumplimentado y enviar al email: [runfozrun@gmail.com](mailto:runfozrun@gmail.com)

• MODALIDAD DE PAGO PRESENCIAL EN EFECTIVO:

1. PASO 1: Imprimir y cumplimentar los ANEXOS I y II del Reglamento y entregar en el establecimiento LivingSport Foz en horario comercial.
2. PASO 2: Formalizar el pago en efectivo en el establecimiento **LivingSport Foz**.

LA INSCRIPCIÓN ESTARÁ COMPLETA CUANDO SE ENTREGUE TODA LA DOCUMENTACIÓN  
ANTES DE FORMALIZAR LA INSCRIPCIÓN ASEGUÍRESE DEL IMPORTE QUE LE CORRESPONDE ABONAR  
EN CASO DE DUDA O CONSULTA CONTACTE CON LA ORGANIZACIÓN



# ANEXO I

RUN  
FOZ  
RUN

CUBRIR Y ENTREGAR IMPRESO (MODALIDAD ONLINE Y PRESENCIAL)



**ANEXO 1:**

RUN  
FOZ  
RUN

Autorización:

D/D<sup>a</sup> \_\_\_\_\_ con DNI \_\_\_\_\_,

padre/madre/tutor/a del niño/a \_\_\_\_\_,

autorizo a mi hijo/a a participar en el RFR Summer Camp 24 y manifiesto que no tiene ningún tipo de problema de salud que le impida la práctica deportiva. Además consiento la toma y publicación de fotografías o videos de mi hijo/a que podrán ser publicadas en las redes sociales de Run Foz Run.

En \_\_\_\_\_, a \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ del 2024

Firma:



# ANEXO II

RUN  
FOZ  
RUN

## CUBRIR Y ENTREGAR IMPRESO (MODALIDAD ONLINE Y PRESENCIAL)

NOMBRE CAMPISTA

FECHA NACIMIENTO

DNI

DIRECCIÓN POSTAL

TLF CONTACTO

TLF EMERGENCIAS

EMAIL

INDICACIONES A TENER EN CUENTA (ALERGIAS, INTOLERANCIAS...)

SELECCIONE PERÍODO DE INSCRIPCIÓN (Marcar con X)

- 320€: COMPLETA (Mes entero): *Incluye campamento en horario general + camiseta + gorra + 1 actividad surf/kayak.*
- 230€: QUINCENAL (Dos semanas): *Incluye campamento en horario general + camiseta + gorra.* Seleccionar período:  SEMANA 1 y 2.  SEMANA 2 y 3.  SEMANA 3 y 4.
- 150€: SEMANAL (Una semana): *Incluye campamento en horario general + gorra.* Seleccionar período:  SEMANA 1.  SEMANA 2.  SEMANA 3.  SEMANA 4.

SELECCIONE SERVICIOS COMPLEMENTARIOS (Opcional. Marcar con X)

- +40€: SERVICIO MADRUGADORES (Mes entero): *entrada a las 09:00h.*
- +25€: SERVICIO MADRUGADORES (Dos semanas): *entrada a las 09:00h.*
- +15€: SERVICIO MADRUGADORES (Semana): *entrada a las 09:00h.*
- +150€: SERVICIO COMEDOR COMPLETO (Mes entero): *salida a las 15:15h.*
- +85€: SERVICIO COMEDOR QUINCENAL(Dos semanas): *salida a las 15:15h.*
- +50€: SERVICIO COMEDOR SEMANAL (Semana): *salida a las 15:15h.*

TALLA CAMISETA

¿SABE NADAR?

SI

NO

DESCUENTOS APLICABLES (Se comprobará al inicio del campamento. No acumulables. Marcar con X)

- SOCIOS/AS CA RÍA DE FOZ: *Se aplica un 20% de descuento en las cuotas de período de inscripción.*
- POR HERMANO/A (2º,3º, sucesivos...): *Se aplica un 15% en las cuotas de período de inscripción.*
- SOCIOS/AS ASOC. DEPORTIVA Y CULTURAL OS CASTROS: *Se aplica un 10% en las cuotas de período de inscr.*

NOMBRE PADRE/MADRE/TUTOR LEGAL

\_\_\_\_\_ con

DNI \_\_\_\_\_ que autoriza a participar en el RFR SUMMER CAMP 2024 y manifiesta que no tiene ningún tipo de problema de salud que le impida la práctica deportiva. Además consiente la toma y publicación de fotografías o vídeos de mi hijo/a o tutorizado/a que podrán ser publicadas en las redes sociales de Run Foz Run.

En \_\_\_\_\_ a \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2024

Firma:

**RUNFOZRUN**

