

2025

36 YEARS
1989-2025

NATUK camps

A R I

All right
International®

20 CAMPAMENTS INTERNACIONALS



PER QUÈ ESCOLLIR NATUK CAMPS?

"Reconegut com un dels millors camps d'Europa"



ELS CAMPAMENTS INTERNACIONALS EN ANGLÈS AMB



CAMPS PER ESCOLLIR AMB



OPCIONS I ELS + DIVERTITS

20 CAMPAMENTS INTERNACIONALS

Amb classes d'idiomes (anglès, francès, alemany o castellà) o **SENSE** CLASSES D'IDIOMES (amb activitats tot el dia).

Practica esports, viu l'aventura i diverteix-te!

25 % de participants internacionals

Participants de 21 països: Espanya, Andorra, França, Itàlia, Alemanya, Suïssa, Rússia, Ucraïna, Eslovènia, Egipte, l'Aràbia Saudita, Noruega, Canadà, USA, UK, Irlanda, Mèxic, Colòmbia, Dubai, Suècia i la Xina.

Opció Day Camp: Campaments de 09.45 h a 19.30 h amb dinar. Una alternativa per als que viuen als voltants o estan amb els seus pares de vacances i volen participar de les classes i activitats durant el dia.



Ubicació

Els campaments es realitzen a les noves i reformades instal·lacions de l'Hotel apartament Trainera*** a Esterri d'Àneu, un complex situat al costat del parc nacional d'Aigüestortes i llacs de Sant Maurici, a les valls d'Àneu, **una de les valls més boniques del Pirineu de Lleida**, al costat de la Vall d'Aran.

Aquest fabulós i espectacular complex, està envoltat de muntanyes, rius i llacs. Això fa que sigui un lloc ideal per a gaudir de la natura, per aprendre anglès, francès, alemany o castellà d'una manera comunicativa, per a practicar tota mena d'activitats i esports d'aventura, fer amics de diferents països i divertir-se moltíssim, perquè sigui el millor estiu de la seva vida.



Dates

1 SETMANA	2 SETMANES	3 SETMANES
Del 29/06 al 5/07	Del 29/06 al 12/07	Del 29/06 al 19/07
Del 06/06 al 12/07	Del 06/07 al 19/07	-
Del 13/07 al 19/07	-	-

¡Participa en diferents camps cada setmana i combina'ls!

Apunta't al grup del camp, segons la teva edat:

JUNIOR CAMPS
de 6 a 13 anys

TEENAGER CAMPS
de 14 a 17 anys

Sortides

Des de: Barcelona, Tarragona, Lleida, Girona, Madrid, Saragossa, València, Castelló, Bilbao, Sant Sebastià i Aeroport de Barcelona.

Edats

Camp de 6 a 16 anys.

Adventure, Discovery, Photo, Crafts, Robotics i Multi Activities.

Camp de 8 a 16 anys.

Basket, Multi Adventure, Horse, Dance, Football, Xtreme, Tennis, Paddle, Golf, Acting, Chef i Voice Camp.

Camp de 10 a 16 anys.

DH Bike i Scout.



L'HOTEL

Instal·lacions

L'Hotel apartament Trainera *** compta amb unes noves i reformades instal·lacions i està obert exclusivament per als participants de Natuk Camps durant les 3 primeres setmanes. Disposa de 3 zones conjuntes, 2 d'hotel i 1 d'aparthotel amb habitacions còmodes i confortables. No es pot triar el tipus d'habitació. Les habitacions s'assignen en funció de la disponibilitat, capacitat, gènere, edat i participants.

Còmodes habitacions exteriors de 2, 3, 4 o 5 participants amb bany privat, assecador, televisió i servei diari de neteja i canvi de tovalloles.

Habitacions equipades amb:



Assecador



Frigorífic en algunes habitacions



Bany privat



Televisió



Panys magnètics

Serveis

- Restaurant amb servei a taula i esmorzar-bufet a cada taula.
- Terrassa – solàrium exterior.
- Piscina exterior i camp de futbol de gespa natural, voleibol, tenis, paddle, bàdminton, circuit de quads, i motos, gimcanes...
- Saló social amb televisió i jocs.
- Espai de cinema amb pantalla gran.
- Espai de karaoke, jocs, tallers, etc.
- Espai per a les classes, activitats, reunions, etc.
- Servei de vigilància i seguretat les 24 h.
- Servei mèdic prop de l'Hotel, CAP Esterri d'Àneu.



INFORMACIÓ GENERAL

Supervisió

Els participants estan acompanyats pel seu monitor/a de grup, coordinadors, pel responsable de l'activitat i sempre sota la tutela de l'equip directiu. Els grups són de 10 alumnes i tenen un/a monitor/a de supervisió i un/a coordinador/a de control.



Classes d'anglès, francès, alemany o castellà

Practice & speaking.

Les classes s'imparteixen de dilluns a divendres, de 10.00 a 12.30 h i estan dividides per nivells i edats (segons els coneixements de cada alumne) i basades en un programa pràctic i comunicatiu. El primer dia els participants duren a terme un test de nivell i se'ls lliurarà el material corresponent. Durant els dies següents es comprovarà que el nivell sigui l'adequat; en cas contrari, es faran els canvis necessaris, pujant o baixant de nivell, perquè l'estudiant aprofiti al màxim l'aprenentatge durant la seva estada. NATUK Camps està acreditat com a Centre Examinador Registrat Trinity.



Formació humana

Durant l'estada, s'insistirà en les pautes de convivència i cíviques, petites, però, grans accions que ens permeten que la convivència sigui agradable i enriquidora, i per això, tant els monitors com els professors recordaran diàriament coses com: responsabilitat, respecte, esperit d'ajuda, hàbits d'ordre, esperit esportiu, educació a taula, respecte per la naturalesa, l'entorn, pels altres, etc.

Monitors

Els monitors de NATUK Camps són titulats i provenen de diferents ciutats, tant del territori nacional com de l'estranger, sent entrevistats i seleccionats pel personal directiu de NATUK Camps. Tots ells reben una formació teòricopràctica abans de l'inici dels campaments, adaptada als interessos específics de cada Camp, perquè siguin una inoblidable experiència per a tots els participants.

Alimentació

Els menús estan rigorosament elaborats per aportar totes les proteïnes i vitamines necessàries per al bon desenvolupament de totes les activitats, controlant que sigui una dieta saludable. A més de l'esmorzar (bufet), dinar i sopar, tindran un entrepà a mig matí i per berenar. El menjar es servirà a taula, i es podrà repetir de qualsevol plat; a més, els cambrers de l'hotel estaran a la disposició dels participants per si necessiten qualsevol servei. Si algun alumne té algun problema amb algun tipus d'aliment o és al·lèrgic, si us plau comuniquin-ho en el full d'inscripció.

*Disposem d'un menú especial per a celíacs.



Servei mèdic

Durant l'estada es disposarà del servei d'un responsable que serà l'encarregat de realitzar les primeres cures d'urgència, administrar medicaments, etc. Per als casos que necessitin atenció mèdica, tenim disponibles els serveis del Centre de Salut d'Esterrí d'Àneu, així com els de l'hospital de Vielha i Tremp. L'automedicació NO és convenient i és molt perillosa. No és aconsellable que els nens portin medicaments amb ells si no és imprescindible. En cas d'haver-hi de portar, es recomana lliurar-ho el primer dia al responsable d'infermeria dels campaments o al seu monitor. En cas que un nen/a necessiti medicació durant la seva estada, les despeses d'aquests aniran a càrrec seu. Els participants hauran de portar amb si la targeta de la Seguretat Social i la targeta de l'assegurança privada (en el cas de DH Bike i Scout camp és obligatori una assegurança privada).

PROGRAMACIÓ

Altres activitats

Gràcies al fabulós entorn on està situat l'hotel, els participants podran practicar diferents esports durant el seu temps lliure (futbol, voleibol, bàdminton, ping-pong, bàquet, natació, etc.) i utilitzar totes les instal·lacions de l'hotel. Així mateix, a la nit, podran triar entre diferents activitats: cinemes amb pantalla gran, sales de televisió, saló recreatiu, tallers, jocs de nit d'interior o exterior, concursos, activitats diverses, jocs de taula (parxís, oca, dames, escacs, Monopoli, Trivial, Enfonsar la flota...), parlar per WhatsApp o telèfon, bar, etc.



Dissabtes i diumenges

Opcionalment, els dissabtes es pot contractar l'excursió a **Port Aventura o Ferrari Land**

Es realitza un programa d'entreteniment amb tallers, activitats, esports diversos, competicions, gimcanes, concursos, jocs, piscina, discoteca, cinema, excursions, visites al poble, etc.



6 - Natuk Camps

Workshops

- **Karaoke:** Gaudeix cantant i demostra el teu talent.
- **Robòtica:** Experimenta la màgia de la ciència i la tecnologia muntant un robot.
- **DJ:** Aprèn el funcionament de l'equip de música i les seves possibilitats.
- **Foto/Vídeo:** Cerca el millor angle, llum, enfocament i aprèn a fer la millor foto o vídeo.
- **Dance:** Gaudeix d'un taller de ball amb diferents modalitats.
- **Maquillatge:** Una bona presència i combinació farà que brillis com una estrella.

Els tallers es poden haver de cancel·lar o canviar per altres.

Programació (subjecta a canvis)

De dilluns a divendres:

HORARI	ACTIVITATS	QUÈ FAREM?
08:00-08:30	Despertar-se i arreglar-se JUNIORS	Ordenar l'habitació
08:30-09:00	Despertar-se i arreglar-se TEENS	Ordenar l'habitació
08:30-09:00	ESMORZAR JUNIORS	Esmorzar amb educació
09:15-09:45	ESMORZAR TEENS	Esmorzar amb educació
09:45-10:40	Classes, Discovery, Adventure, Multiadventure o Scout	Gaudir del CAMP o anar a classes
10:40-10:50	Descans	Descansar o anar al lavabo
10:50-11:45	Classes, Discovery, Adventure, Multiadventure o Scout	Gaudir del CAMP o anar a classes
11:45-12:05	Descans	Menjar entrepà o anar al lavabo o descansar
12:05-13:00	Classes, Discovery, Adventure, Multiadventure o Scout	Gaudir del CAMP o anar a classes
13:00-14:00	TEMPS LLIURE, jardí, terrassa, esports, piscina o descans	Canviar-nos i sortir a jugar o lliure
14:00-14:15	Canviar-se per l'activitat de la tarda	Estar a les habitacions
14:15-14:45	DINAR JUNIORS	No baixar sense el monitor
15:00-15:30	DINAR TEENS	Dinar amb educació
15:30-15:45	Higiene personal	Rentar-se les dents
15:45-16:00	Sortida cap a les activitats	Recollir el berenar i anar a l'activitat
16:00-19:00	Adventure, Basket, Football, Photo, Horse, Chef, Voice, Dance, Arts & Crafts, Xtreme, Robotics, Bike, Acting, Tennis/Paddle, Golf, Multiadventure, Scout, Multiactivities	Obeir als monitors i passar-ho bé
19:00-20:15	TEMPS LLIURE, jardí, terrassa, jocs, esports o descans	Lliure elecció
20:15-20:45	SOPAR JUNIORS	Sopar amb educació
21:00-21:30	SOPAR TEENS	Sopar amb educació
21:00-22:30	Activitats JUNIORS o LLIURES	Lliure elecció
21:30-23:00	Activitats TEENS o LLIURES	Lliure elecció
22:30-23:00	Anar a les habitacions 22:30 JUNIORS - 23:00 TEENS	Dutxa i canviar-nos per dormir
23:00-08:00	DORMIR DESCANS	Dormir i descansar

Dissabtes i diumenges:

Matins	Gimcanes i competicions	Passar-ho bé
Tardes	Activitats, workshops i excursions	Passar-ho bé
Nits	Discoteca, cine o activitats	Passar-ho bé

CONFIGURA EL TEU CAMPAMENT!

Has d'escollir un camp al matí i un altre a la tarda.

ACTIVITATS AL MATÍ

AMB CLASSES



Anglès, Francès, Alemany
o Castellà.

SENSE CLASSES



Esports
d'aventura



Tallers a la natura



ACTIVITATS A LA TARDA



CAMPAMENTS AMB ACTIVITATS DE MATÍ I TARDA



Natura en estat pur!

SENSE CLASSES



Aventura al matí i a la tarda

Un programa d'aventura total superdivertit i variat als matins i tardes: Ràfting, canoes, barrancs, circuit de tirolines i ponts, quads, tir a l'arc, hípica, pujada de riu, hydrospeed, rocòdrom, rutes amb bici i rutes a llacs.

MATINS:

GRUP	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
A	Hípica i Tir amb Arc	Barrancs	Quads i Gimcana	Ràfting	Arbres
B	Barrancs	Quads i Gimcana	Hípica i Tir amb Arc	Arbres	Ràfting

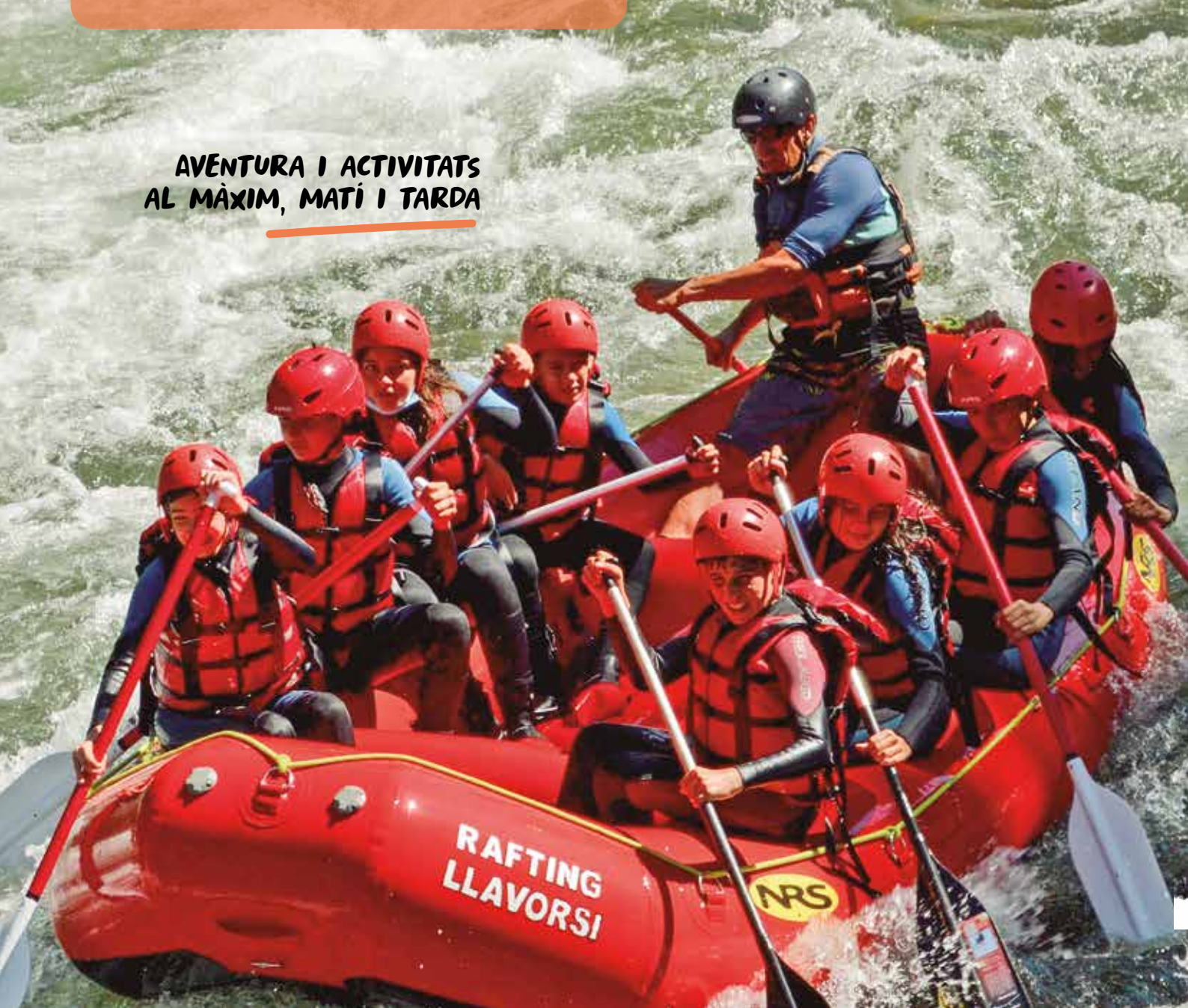
TARDES:

GRUP	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
A	Ruta Bici	Ràfting	Pujada Riu	Canoes	Hydrospeed
B	Ràfting	Ruta Bici	Hydrospeed	Pujada Riu	Canoes

Equip necessari: banyador, pantalons llargs, samarreta (no de cotó) i sabatilles esportives tancades per mullar-se.



AVENTURA I ACTIVITATS AL MÀXIM, MATÍ I TARDA





**GAUDEIX DE LA NATURA EN
UN ENTORN SEGUR, COMENÇA
L'AVENTURA.**



ARBRES

Els esports d'aventura es realitzen en grups diferenciats per nivells i edats de dilluns a dijous, sota la supervisió de monitors especialitzats i altament qualificats.

La durada i realització de les activitats és diferent i depèn de molts factors, i per això pot haver-hi modificacions o canvis en el tipus d'activitat que es realitzarà.

Aquest tipus d'activitats estan pensades perquè els participants gaudeixin de la naturalesa i l'aventura sense comportar cap risc ni perill especial per a ells.

Els esports que es practiquen són: **ràfting, canoes, hípica, tirolina, barrancs, circuit de multiaventura, tir amb arc, rocòdrom i quads.**

Els participants que facin 2 setmanes podran fer alguna de les activitats del Multi Adventure Camp, així podran fer algunes activitats diferents. Es fa una activitat diària.

**Exemple d'activitats de l'Active Adventure (matins)
i del Adventure Camp (tardes)**

GRUP	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
A	Hípica i Tir amb Arc	Barrancs	Quads i Gimcana	Ràfting	Arbres
B	Barrancs	Quads i Gimcana	Hípica i Tir amb Arc	Arbres	Ràfting
C	Quads i Gimcana	Hípica i Tir amb Arc	Barrancs	Ràfting	Arbres

RÀFTING



BARRANCS



HÍPICA



TIR AMB ARC



QUADS



MULTIAVENTURA



CANOES

ENMIG D'UNA NATURA IMPRESSIONANT I SALVATGE



Descobreix la natura en tota la seva essència i bellesa. Aprenderàs a treballar en equip, desenvolupar habilitats de convivència i relació en un entorn impressionant

De dilluns a divendres es realitzaran dues rutes de 2 dies de durada cadascuna amb una nit de pernoctació en un refugi o tenda de campanya, i 3 dies de pernoctació a

l'hotel en pensió completa.

El cap de setmana es pernoctarà a l'hotel i es faran activitats com gimcanes, jocs, activitats lúdiques i d'aventura (opcionals) com ràfting, barrancs, hydrospeed, etc.

Durant les rutes es podran observar i aprendre a entendre les estrelles en plena nit, flora, fauna, orientació, foc, supervivència, construccions, nusos, etc. i es treballaran valors d'amistat, companyonia, respecte, coneixement de la natura, tolerància i ajuda.

Exemples de rutes:

- La ruta del llac de La Gola i els tres llacs circulars, amb sortida i retorn des de Cerbi.
- La ruta dels llacs de Lladregota d'Amitges al parc nacional d'Aigües Tortes i llacs de Sant Maurici, amb sortida i retorn des del pàrquing del parc nacional.
- La ruta del llac Negre i llacs de la vora amb sortida i retorn des d'Esterri.
- Llac Negre de Cabanes amb sortida des del refugi del Gerdar amb retorn a Esterri.

És obligatori portar un equip complet de muntanya i una assegurança mèdica privada.



AL MATÍ A LA NATURA
I A LA TARDA, ESCULL EL
CAMP QUE MÉS T'AGRADI.



En lloc de fer classes als matins, es fa un programa de tallers a la natura, i a les tardes, hauran de triar el camp que més els agradi, entre qualsevol dels 20 camps que ofereix NATUK Camps.

Durant els matins, la natura és la protagonista, i es desenvolupen activitats en anglès amb monitors especialitzats, com ara:

- RUTES D'ORIENTACIÓ I TALLERS PER APRENDRE A UTILITZAR LA BRÚIXOLA.
- TALLERS DE SUPERVIVÈNCIA: fer foc, nusos purificació d'aigua, cabanes, etc.
- TALLER DE CERCA D'OR AL RIU
- RUTES PER OBSERVAR LA FLORA I FAUNA

Amb sortida des de l'hotel, descobrirem diferents camins que ens portaran a indrets increïbles. Una combinació d'aventura, aprenentatge, exploració, descobriment i gaudir d'uns tallers i una naturalesa impressionant i enriquidora, que fascinarà a tots els participants.





Aquest camp està dissenyat per als amants de l'hípica, dels cavalls i del món eqüestre.

Els participants gaudiran cada tarda del camp de 16.00 a 19.00 h. Tindran 1 hora i mitja de contacte amb el cavall a la millor hípica de la comarca. Aprendran i coneixeran tot el relacionat amb el món dels cavalls, domatge, neteja, hàbits, farratge, cadires de muntar, etc.

També realitzaran durant 45 minuts, una excursió a cavall per camins forestals acompanyats pels monitors.

Per aquesta activitat, els participants aniran acompanyats per monitors de Natuk Camps, personal de l'hípica i pel director de l'Hípica.

Es realitza amb casc, pantalons llargs i calçat còmode.



MÓN EQÜESTRE



Es desenvolupa en un camp de futbol amb gespa natural al costat de l'hotel. Un escenari envoltat de muntanyes i rius, ideal per practicar aquest esport.

Es realitzaran 3 hores diàries (de dilluns a divendres) de treball de tècnica pràctica del futbol per monitors experimentats.

L'entrenament diari consistirà en l'aprenentatge i/o perfeccionament del futbol, reforçar la forma física i aprendre noves tècniques i tàctiques d'equip, així com passades, regatejos, tirs a porteria, etc.

Es dividirà als participants en diferents grups segons la seva edat i coneixements, jugant partits entre ells. Serà necessari que cada participant porti el seu propi vestuari esportiu específic, botes de futbol i canelleres. Les pilotes, petos distintius i la resta de material els proveirà NATUK Camps.



**MILLORA LA
TÈCNICA**

tennis
camp



L'activitat es desenvolupa a unes pistes de tennis o pàdel reglamentàries situades al costat de l'hotel, gaudint de la natura de l'entorn, ja que, estan situades a la vora del riu i envoltades de muntanyes.

Es realitzen 3 hores diàries amb monitors. Natuk Camps vol oferir una experiència inoblidable, podent millorar la tècnica, el nivell de joc i alhora gaudir de diferents jocs, partits i tornejos. Podran fer nous amics i divertir-se al màxim.

Als principiants i als més petits se'ls ensenyarà com agafar la raqueta correctament, quina és la posició adient dels peus... i per als més experts, se'ls ajudarà a millorar i perfeccionar tècniques més avançades, també en l'àmbit físic, ja que, creiem que el bon aprenentatge es manté tota la vida.

És obligatori portar les seves pròpies raquetes de tennis o pàdel.

paddle camp



**GAUDEIX DE LA
SENSACIÓ DE
BALLAR!**



Es desenvolupa en una sala específica dins de les instal·lacions de l'hotel. Aquest campament està pensat perquè els alumnes aprenguin i sobretot gaudeixin dels diferents estils de ball, ja sigui: Hip-hop, Funky, Jazz, Musical i Mix Dansí (Rock, dansa llatina...). És perfecte tant per a principiants que mai hagin ballat, com per als que ja tenen experiència. El ball fomenta valors de companyonia, amistat, atenció, expressió, relaxació, però sobretot DIVERSIÓ! Vine i descobreix el benestar que produeix expressar-se a través del ball amb monitors especialitzats.

Al final de cada setmana es realitzarà una "performance" davant dels participants de Natuk Camps.



**UN DESCENS
APASSIONANT** ➔



Camp realitzat a:
BAQUEIRA BERET



Aquest Camp està pensat per a gaudir de la modalitat de rutes de descens-enduro en un entorn espectacular d'una manera segura i en plena naturalesa.

Es realitza a les pistes d'esquí de Baqueira Beret, prop de l'hotel, on es faran diferents recorreguts de descens amb diferent dificultat.

Aquest campament es duu a terme amb un monitor especialitzat i suport tècnic en totes les baixades. Sens dubte una experiència inoblidable per als participants. Podran descobrir aquesta tècnica i modalitat de bici, divertida, apassionant i plena d'adrenalina d'una manera controlada.

El lloguer inclou el monitor, la bicicleta, el forfet del telecadira i el material necessari per a la seva pràctica: casc, cuirassa, genolleres i colzeres.

Es comptarà amb bicicletes Wild speed de 24" o 26" monosuspensió o similars per als d'una

altura inferior a 1,50 i amb les Prowler de doble suspensió per als d'una altura superior a 1,50. És necessari portar roba esportiva, motxilla, guants, impermeable i ulleres de sol.

QUÈ FAREM?

- Gaudir de les rutes de descens en bici
- Descobrir nous indrets i passar-ho bé
- Aprendre tècniques de descens i enduro
- Conèixer un entorn espectacular

REQUISITS MÍNIMS

- De 10 a 16 anys.
- Saber anar en bici.

*Obligatori portar o contractar assegurança mèdica privada.



Monitor
BAQUEIRA - VAL D'ARAN



El teu HOBBY és l'Skate, l'Escúter, la bmx o els rollers?
El Xtreme Camp és el teu campament per a poder practicar i millorar tots els teus trucs, i aprendre tot això que sempre has volgut fer amb la màxima seguretat.

Ara és el teu moment per a fer tots els esports que més t'agraden en un mateix espai i durant el mes de juliol.

Totes les modalitats es realitzen al SKATE park i al PUMPTRACK park d'Arties, a prop de les pistes d'esquí de Baqueira Beret a la Vall d'Aran. Les instal·lacions són un espai d'entrenament i oci per a tots els nivells: amateurs i pros. Es poden practicar infinites disciplines: skate, escúter, bmx, rollers... en unes magnífiques instal·lacions, segures i divertides.

El SKATE park és un complex de 506 m² molt complet i adaptat per a tots els nivells compta amb un 'bowl' i altres elements com un 'croissant', 'quarter slappy', 'wobblecano', 'europad', entre d'altres.

El PUMPTRAK park està construït en asfalt per a poder gaudir-ho amb tota mena de materials com els skates, longobards, bmx o patins rollers.

Consta de diverses rampes per a fer pujades i baixades, així com petits obstacles que esquivar o saltar oferint així una gran experiència als usuaris que vulguin utilitzar aquestes instal·lacions.

Hi ha dues pistes, una per als més experts més complexa, i una altra més senzilla per als que estan aprenent.

No es realitzen classes particulars d'escúter, bici, skate o rollers. Els participants hauran de ser autodidactes i portar el seu propi material.

*Obligatori portar o contractar assegurança mèdica privada.



BLOQUEJA, TIRA I ENCISTELLA



L'objectiu d'aquest campament és aprendre i millorar la **tècnica del bàsquet**, combinat amb exercicis dinàmics per a poder gaudir d'aquest gran esport i mantenir la forma física.

El Basket Camp es desenvolupa en una pista exterior de bàsquet, prop de l'hotel.

Els participants realitzen 3 hores diàries de bàsquet de dilluns a divendres, on realitzaran diferents tipus d'activitats de tecnificació, físiques o teòriques. Natuk Camps proveirà les pilotes del Basket Camp.





LA IL·LUSIÓ DEL PALADAR



Un campament on es fomenten els hàbits de vida saludables, desenvoluparàs les teves habilitats gastronòmiques, alhora que milloraràs els teus coneixements culinaris, en un entorn divertit i enriquidor.

Aprenderàs a cuinar de la mà d'experts cuiners i coneixeràs diferents plats, des de preparar una exquisida pasta amb la seva salsa, a elaborar un plat amb ingredients sorpresa, fer un pa de pessic o a decorar el teu pastís preferit.

Els nostres monitors t'ajudaran durant tot el programa de Chef Camp. En acabar el Camp, podràs sorprendre els teus amics i familiars amb el que has après.

Coneixeràs els aliments més saludables de la cuina moderna, els aprendràs a utilitzar i saber que és i com elaborar una dieta equilibrada.

Una experiència única i inoblidable que farà que vulguis continuar aprenent aquesta gran passió que és la cuina.

El programa es desenvoluparà a les instal·lacions totalment equipades de l'hotel on es realitzaran tots els tallers de cuina.

UN REpte DE Futur!!!

ROBOTICS camp

Una manera d'aprendre ciència i tecnologia, potenciant la iniciativa, creativitat, enginy, construcció i capacitat de resolució.

Un camp tecnològic de construcció de robots programables que t'ofereix l'oportunitat de construir, programar i controlar els teus propis robots amb diferents sensors.

El Camp inclou tot el que necessites per a crear 17 robots que caminen, parlen, es mouen i fan tot el que puguis imaginar a través de tallers impartits per especialistes en robòtica. També coneixerem un programari i apps que faciliten la construcció, la programació i el control dels robots des d'un PC, un Mac, una tauleta o un telèfon intel·ligent.



GOLF CAMP

UN ESPORT AMB ESTIL



Es desenvolupa a un camp de pràctiques de 100 m de llarg amb 3 forats, situat a l'Hotel Castellarnau d'Escaló a 5 minuts de l'Hotel Trainera.

Els participants realitzen 2 hores i mitja diàries de golf de dilluns a divendres, on podran practicar el seu swing, acompanyats per un monitor.

Un dia s'organitzarà una sortida per a practicar en el camp de golf d'Aravell amb un monitor.

S'han de portar els pals (56, 60 i pitch), pilotes i guant o llogar-los a Natuk Camps.

La finalitat d'aquest programa és que els participants aprenguin i desenvolupin les tècniques del Golf en un entorn extraordinari.

Aprendran anglès mentre es diverteixen i gaudeixen al màxim, del que segurament, seran els seus millors campaments.



EXPRESSA EL TEU TALENT MUSICAL



La finalitat del camp és que els participants aprenguin a cantar i millorin les seves qualitats interpretatives musicals.

Per a la realització del Camp, disposaran d'un monitor especialitzat en música i cant, i un ajudant per a coordinar les diferents modalitats.

Tota una oportunitat per potenciar i desenvolupar el talent que cadascun porta dins. El cap de setmana es farà un festival amb "coaches" (sense que hi hagi guanyadors) on tots els participants podran demostrar les seves habilitats i expressar el seu talent musical.

Un fascinant Camp on cada participant pugui sentir-se en un món d'il·lusió, gaudir de la seva passió i aprendre anglès d'una forma divertida.



ATREVEIX-TE A SER EL PROTAGONISTA



Aquest camp és ideal per conèixer i començar a endinsar-se al món de l'actuació. Es treballarà i potenciarà l'expressió corporal, el treball de la veu, la desinhibició, la imaginació i la interpretació, desenvolupant la capacitat de relacionar-nos en escena amb els altres participants.

Tindran l'oportunitat de fer interpretacions davant la càmera, visualitzar el resultat en pantalla i poder millorar l'actuació. Tot això amb un programa dinàmic d'activitats d'interpretació, aprendran a partir de diferents metodologies d'una forma lúdica i divertida, treballaran la relaxació, improvisació, vocalització, expressió, espontaneïtat i actuació.

Al final del camp es rodarà un petit curt on cada participant tindrà un paper.



PLASMA CADA MOMENT



Aprèn a plasmar les teves emocions amb la fotografia i desenvolupa la teva creativitat amb l'ajuda de monitors experts. Tota forma d'art té la seva tècnica i te l'ensenyarem.

Es realitzarà en diferents escenaris exteriors i interiors per aprendre i millorar la tècnica de presa de fotos i la capacitat de capturar imatges digitals.

Aprenderàs regles de captura, composició, il·luminació, enfocament i tècniques varies.

Coneixeràs programes d'edició i retoc de fotografies. També podran veure les possibilitats expressives del vídeo.

Cada dia es pujaran les 3 o 4 millors fotos al facebook per a poder-les compartir amb tots.

És obligatori anar amb una càmera de fotos.



L'ART DE LES MANUALITATS



Volem que els nens s'expressin de manera creativa i s'ho passin bé fent diferents tallers manuals.

Aquest camp ajuda a desenvolupar la creativitat, la concentració i la psicomotricitat tot fomentant el treball en equip.

Dissenya i decora la teva pròpia samarreta, fes el teu clauer preferit, crea el teu propi centre de taula amb fustes i flors reciclades, construeix un test amb pals, elabora diferents manualitats amb paper, cartó, feltre, goma eva, pinyes del bosc...



ULTI ACTIVITIES Camp

Aquest camp està pensat per als que no siguin molt amants dels esports i vulguin fer activitats variades i divertides, gaudir de naturalesa, jugar i passar-ho molt bé.

QUÈ FAREM?

Cada tarda una activitat, taller o joc diferent.



EXCURSIONS DE CAP DE SETMANA (OPCIONALS)

PORT AVENTURA



FERRARI LAND



Transports

LA DISPONIBILITAT DELS TRANSPORTS I ELS HORARIS DEFINITIUS HAURAN DE CONFIRMAR-SE ABANS DE LA SORTIDA. (Dates subjectes a disponibilitat de places).

Natuk Camps disposarà de monitors acompanyants a tots els transports i facilitarà el telèfon de les persones responsables dels transports una setmana abans de la sortida. Els canvis en els bitllets de tren hauran d'abonar-se a l'instant.

En cas d'anul·lació d'un transport, no hi haurà cap devolució. ÉS OBLIGATORI PRESENTAR-SE 30 MINUTS ABANS DE LA SORTIDA DEL TRANSPORT.

Arribades a NATUK camps per compte propi (pares o familiars)

Els horaris d'entrades i sortides per compte propi seran els següents: les entrades seran els dies 29 de juny, 6 i 13 de juliol (de 12:30h a 14:00h), i les sortides, els dies 5 i 12 de juliol (de 10:30h. a 12:00h.) i el 19 de juliol (abans de les 09:30h.). Natuk Camps tanca el 19 de juliol a les 9:30h, per la qual cosa a partir d'aquesta hora es dona per finalitzat el campament.

Les entrades i recollides, es realitzaran des de la recepció de l'hotel.

Recordem als pares que acompanyin als seus fills a Natuk Camps, que no està permès l'accés a les habitacions o a qualsevol altra instal·lació de l'hotel.

Preguem que es respectin els horaris d'entrades i sortides.

INFORMAT!!! d'altres combinacions possibles.

TRAJECTES	DATES ANADA	HORA PRESENTACIÓ	HORA SORTIDA	DATES TORNADA
AVE MADRID-NATUK Camps: Punt de trobada: Estació d'Atocha a l'Estàtua del Viatger.	29/06, 6 i 13/07	A confirmar	A confirmar	5, 12 i 19/07
AVE SARAGOSSA-NATUK Camps: Punt de trobada: Estació d'AVE. L'estudiant haurà d'estar a l'andana.	29/06, 6 i 13/07	A confirmar	A confirmar	5, 12 i 19/07
TREN VALÈNCIA-NATUK Camps: Punt de trobada: Estació de trens de Joaquim Sorolla a l'entrada de l'estació.	29/06 i 06/07	A confirmar	A confirmar	12 i 19/07
TREN CASTELLÓ-NATUK Camps: Punt de trobada: Estació de trens. L'estudiant haurà d'estar a l'andana.	29/06 i 06/07	A confirmar	A confirmar	12 i 19/07
BUS TARRAGONA-NATUK Camps: Punt de trobada: Exterior de l'estació de trens Camp de Tarragona.	29/06 i 06/07	A confirmar	A confirmar	12 i 19/07
BUS BARCELONA-NATUK Camps: Punt de trobada: Av. Dr. Marañón, davant la porta d'entrada del Real Club de Polo Barcelona.	29/06, 6 i 13/07	08:00 h.	08:30 h.	5, 12 i 19/07
BUS LLEIDA-NATUK Camps: Punt de trobada: Estació d'AVE..	29/06 i 06/07	A confirmar	A confirmar	5, 12 i 19/07
BUS GIRONA-NATUK Camps: Punt de trobada: Pàrquing pavelló municipal Girona-Fontajau.	29/06	08:30 h.	9:00 h.	12/07
BUS BILBAO-NATUK Camps: Punt de trobada: Plaça del Sagrado Corazón. Parada Autobús. Sortida Gran Via.	29/06 i 06/07	06:00 h.	06:30 h.	12 i 19/07
BUS SAN SEBASTIÁN-NATUK Camps: Punt de trobada: Illumbe. Aparcament plaça de toros.	29/06 i 06/07	07:15 h.	07:45 h.	12 i 19/07
TRASLLATS AEROPORT-NATUK Camps: Els desplaçaments de l'aeroport estan calculats per a un mínim de 4 places.	29/06, 6 i 13/07	9:00 h.	9:30 h.	5, 12 i 19/07

Trobareu els horaris de les sortides a natukcamps.com 15 dies abans de la data final.

ANADA: Les arribades a l'aeroport han de ser abans de les 10:00 h. **TORNADA:** Les sortides han de ser entre les 15:30 i les 19:00h. Els preus inclouen el bitllet de tren i/o autocar fins a NATUK camps amb monitor o conductor acompanyant. Els preus dels TRANSPORTS estan calculats sobre la base d'un mínim de 8 places per trajecte. Només es realitzaran els transports que tinguin un mínim de 4 passatgers inscrits pel trajecte. El transport des de Pamplona no estarà disponible si el viatge es fa per França. **La disponibilitat dels transports i els horaris definitius de sortides i arribades, estaran disponibles a la web de www.natukcamps.com i han de consultar-se abans de la sortida.**

Preus

EL PREU INCLOU

Allotjament i serveis en règim de pensió completa amb berenars. Curs d'anglès de 3 hores diàries amb classes i material didàctic i lúdic. Programa d'activitats, tallers, esports, excursions, festes i activitats nocturnes. Assistència mèdica, assegurança mèdica, d'accidents i de responsabilitat civil. Transports a totes les activitats i material si s'especifica. Informació i guia del participant.

EL PREU NO INCLOU

Transport d'anada o tornada, equip de DH Bike o Golf, material de lloguer, assegurances de pèrdua o dany d'objectes, medicaments o desparasitació i despeses personals.

NOTA

Una vegada iniciats els Campaments, qualsevol canvi o ampliació tindrà un suplement de 45 € més el preu del camp. En cas d'anul·lació parcial o total o obligació d'abandonar el Campament, no es farà cap devolució.

GUIA PRÀCTICA

Documentació

Abans de l'inici del campament tots els estudiants hauran d'haver lliurat, a més de la sol·licitud d'inscripció signada, la següent documentació adjunta:

- Fotografia de carnet.
- Fotocòpia de la Targeta Sanitària de la Seguretat Social.
- Targeta d'assegurança Sanitària privada en cas de tenir-la.
- Informe mèdic (si el participant ha de seguir algun tractament mèdic durant l'estada amb nosaltres o pateix alguna malaltia, ha de posar-ho en coneixement de l'equip de Natuk Camps).
- Talles de l'equip de DH Bike en cas de llogar-ho.
- Tota aquesta documentació haurà de ser facilitada a NATUK Camps abans de l'entrada.

Canvis de campament

Una vegada iniciats els campaments, qualsevol canvi o ampliació tindrà un suplement de 45 €, més el preu del nou camp. L'antic camp no tindrà devolució a causa de la pèrdua de la plaça. El suplement és degut a la reorganització de llistes, transports i logística.

Fotografies

Natuk Camps publicarà algunes fotografies aleatòries dels camps, al seu Facebook i Instagram perquè els participants puguin accedir a elles gratuïtament, però no es garanteix la publicació de tots els grups o participants.

Normes importants

Durant els campaments hi ha una sèrie de normes que s'expliquen a tots els estudiants abans de l'inici del campament i als pares, mitjançant aquest document. Algunes normes podrien ocasionar l'expulsió del participant. Està totalment prohibida la possessió o consum de tabac, alcohol, drogues, realitzar-se algun tipus de tatuatge o pírcing, tenir conductes indecoroses o mantenir relacions sexuals durant l'estada en els campaments, l'incompliment d'alguna d'aquestes normes **donarà lloc a l'expulsió immediata**.

Qualsevol acte de gamberrisme, mala conducta reiterada, assetjament, sortir de les habitacions a partir de les 00:00 h, o qualsevol mena de comportament que es consideri inoportú, no adequat o perillós cap a les instal·lacions o persones, podria donar lloc a l'expulsió, havent d'abonar els danys i perjudicis causats.

En cas que es dugui a terme l'expulsió del participant, els pares seran informats de manera immediata i en el termini de 24 hores hauran d'acudir a recollir-lo en persona, en el cas que hi hagi, s'han d'abonar les despeses ocasionades pel retorn anticipat del participant, sense que tingui dret a cap reemborsament.

No estan permeses les visites dels pares-familiars durant els campaments. En cas que el participant trenqui, espatlli, sostregui o realitzi qualsevol acte derivat d'un mal ús, gamberrisme o vandalisme a l'hotel, els pares hauran d'abonar l'import abans de la sortida del participant.

Dins l'hotel no està permès anar únicament amb el vestit de bany o biquini.

Consells pràctics

Perquè participants i pares gaudeixin d'aquesta experiència de manera còmoda i fàcil, a continuació els donem alguns consells pràctics sobre aspectes importants a tenir en compte. Aquests els rebreu novament a la guia de l'estudiant abans de la sortida.

Roba

Els participants hauran de portar roba d'estiu i alguna d'abric, un impermeable tipus cangur, vestits de bany, tovallola de piscina, sabatilles de piscina, mudes de roba interior, pijama, pantalons llargs, samarretes de màniga curta, mitjons, pantalons curts, dessuadores, xandall, sabatilles esportives, xancletes, gorra, motxilla, càmera de fotos, etc. Per als participants dels campaments específics, han d'incorporar al seu equipatge tota la roba necessària per a practicar aquests esports, amb alguna muda addicional. És aconsellable que la roba estigui marcada amb el NOM COMPLET del participant, per a facilitar la seva localització en cas de pèrdua o extraviament.

ADVENTURE: Roba informal, 2 o 3 vestits de bany, tovallola i sabatilles esportives velles.

DISCOVERY: Roba i sabates esportives d'excursió, motxilla, impermeable, ulleres de sol, gorra, tovallola microfibra, dessuadora, llibreta i bolígraf de camp.

BASKET: 2 equipaments de bàsquet i sabatilles específiques de bàsquet.

SOCCER: 2 equipaments de futbol, botes de futbol i sabatilles esportives.

DH BIKE: Sabatilles esportives, guants, ulleres de sol, impermeable i motxilla petita (millor si també porta ampolla d'aigua).

HORSE: Motxilla, pantalons llargs i impermeable.

XTREME: Roba apropiada i còmoda per a l'activitat que realitzi i proteccions.

XEF: Roba còmoda i davantal.

ROBOTICS: Roba còmoda

THE VOICE: Lliure elecció.

DANSA: Roba còmoda, elàstica i informal i sabatilles de jazz o flexibles.

TENNIS: 2 equipaments de tennis, sabatilles i raquetes.

PADDLE: 2 equipaments de paddle, sabatilles i raquetes.

SCOUT: Motxilla gran i còmoda, pantalons llargs que puguin fer-se curts, impermeable, gorra, llanterna, sac de dormir i estoreta, productes d'higiene personal, muda recanvi, dessuadora, botes muntanya, sabatilles esportives, vestit de bany, tovallola, cantimplora, pals de caminar, antimosquits i crema solar.

ACTING: Roba còmoda.

CRAFTS: Roba còmoda.

MULTI ACTIVITIES: Roba còmoda, tovallola, sabatilles d'esport, motxilla.

GOLF: Roba còmoda, pals, pilotes de golf i guant.

PHOTO: Roba còmoda. En cas que un camp, tingui menys de 4 participants, l'organització podrà anul·lar el camp. En aquest cas, s'oferirà un altre camp del mateix preu o es farà la devolució de la totalitat de l'import abonat.

Aquesta GUIA pretén donar tota aquella informació rellevant abans de començar el campament, tant per al participant com per a la seva família, així com alguns aspectes a tenir en compte durant el transcurs d'aquests. Esperem que aquestes petites directrius us ajudin i facin de l'estada una gran experiència.

Ulleres

Tots aquells participants que utilitzin ulleres, HAURAN DE PORTAR un joc de recanvi. En cas de trencament o pèrdua, l'organització no es farà responsable.

Necesser

Haurà de portar articles com: gel de bany, xampú, raspall i/o pinta, raspall de dents, pasta dentífrica, tallaungles, crema protectora per a la pell i els llavis, crema solar, repel·lent antimosquits, etc.

Bugaderia

La roba es pot rentar 1 vegada per setmana a la bugaderia de l'hotel a un preu de 4 € per rentada. Un monitor els explicarà el funcionament i s'encarregarà de tot el referent a la bugada. L'organització no es fa responsable de desperfectes que pugui patir la roba a la bugaderia, així com de les peces perdudes o oblidades en el campament, però en el cas d'haver estat recuperades estaran a la seva disposició a partir de setembre.

Material divers

Per a les classes, el participant haurà de portar el següent material: estoig amb llapis, bolígraf, goma d'esborrar, colors i tisores, una llibreta o carpeta on guardar el material didàctic. Es pot portar el material esportiu que es desitgi, encara que NATUK Camps posa a la disposició de tots ells aquest material de manera gratuïta (pilotes de futbol, bàsquet, etc.).

El participant pot portar el seu propi reproductor musical, càmera de fotos o telèfon mòbil. Es recomana deixar aquestes objectes a l'habitació de l'hotel, dins de la maleta amb cademat o combinació. En cap cas l'organització es fa càrrec de desperfectes, pèrdua, sostracció o trencament de cap material.

Habitacions

Els estudiants hauran de deixar les habitacions endreçades al matí per facilitar el treball del servei de neteja de l'hotel. Queda prohibit entrar a les habitacions d'altres participants o sortir de les habitacions a partir de les 24:00 h, a excepció de tenir permís dels monitors.

Els participants han d'estar a les seves habitacions a partir de les 23:30 h.

L'incompliment d'alguna d'aquestes normes podria donar lloc a l'expulsió del campament.

Diners de butxaca

Aconsellem que l'alumne porti entre 20 i 70 € per a les seves despeses personals: begudes extres, gelats, compres, etc.

Assegurança mèdica, medicació i desparasitació

En cas del participant necessiti medicació durant l'estada, aquesta, s'haurà de donar al responsable d'infermeria per a la seva administració. Si fos necessari comprar algun medicament, les despeses aniran a càrrec del participant. És molt aconsellable que el participant porti amb si un kit de desparasitació capil·lar, en cas de no portar-ho i ser necessari, les despeses del mateix aniran a càrrec seu.

Telèfon de contacte, mòbils i horaris

Els participants podran tenir el seu telèfon mòbil per a rebre i realitzar trucades en els horaris establerts per NATUK Camps. És aconsellable etiquetar el mòbil. Els participants que tinguin telèfon mòbil, NOMÉS el podran connectar de 08:00 a 09:00h., de 13:00 a 14:00h., de 19:00h. a 20:00h. i de 21:30 a 23:00h.

Fora d'aquests horaris, queda prohibit portar el mòbil. Si s'observés que el participant realitzés o rebés trucades fora dels horaris establerts, o l'utilitzés, la direcció el guardarà fins a considerar oportuna la seva devolució.

Els pares que vulguin contactar amb el seu fill durant els campaments, podran trucar de 21:30 a 22:30 h. Si el participant no porta telèfon, la família haurà d'avisar prèviament a la direcció de Natuk i concretar un dia i hora per a trucar al telèfon dels campaments. L'estudiant que esperi la trucada ha d'estar a la recepció a l'hora indicada i esperar la trucada. No s'anirà a buscar a cap participant per a poder parlar per telèfon. Natuk Camps no és responsable del funcionament dels telèfons de l'hotel.

*Es recomana als pares NO trucar diàriament als seus fills.

APART-HOTEL TRAINERA* Telèfon: 973 626 177**
MÒBILS NATUK CAMPS
649 561 725 · 618 623 344

Els números de mòbils facilitats com a telèfons de contacte de NATUK Camps, no són per parlar amb els participants, només serveixen per a transmetre algun comunicat important a l'organització. Aquests mòbils només estaran disponibles des del 29 de juny al 19 de juliol.

És OBLIGATORI portar la documentació pertinent.



www.ari.agency

e: info@ari.agency

t: +34 677 590 003

f: www.facebook.com/ari.agencia