

★ Campus de Semana Santa de Atletismo



22 - 25 de Abril

- Velocidad
- Resistencia
- Carrera con vallas
- Salto de altura
- Gymkana

Niños de 7 a 12 años

Inscripciones
abiertas

Información e inscripciones : www.fnaf.es



INTRODUCCIÓN

La Federación Navarra de Atletismo, con el fin de fomentar el atletismo entre los más jóvenes, organiza para este periodo vacacional de Semana Santa de 2025 un Campus de atletismo para que los más pequeños puedan disfrutar de nuestro deporte.

La finalidad de este Campus es aprender el atletismo de una forma lúdica donde se inculcan valores sociales como el respeto, igualdad, trabajo en equipo y solidaridad.

Uno de los objetivos principales del Campus es fortalecer las relaciones interpersonales entre los participantes. Para ello, en las diferentes actividades se impulsará el trabajo en equipo trabajando el compañerismo. El objetivo físico tratará de desarrollar las habilidades motrices básicas y específicas de cada modalidad del atletismo.

Con este proyecto pretendemos ofrecer a los alumnos una alternativa a los deportes tradicionales y frecuentes, dando a conocer un deporte como es el atletismo. A parte de esto, los inscritos tendrán también la opción de poder practicar actividades de multi deporte.

El atletismo es un deporte que se practica al aire libre y que no requiere ningún tipo de contacto, lo que lo convierte en uno de los deportes más seguros en la actual situación sanitaria en la que convivimos. ¡Ven y disfruta del atletismo de forma segura con nosotros!

Objetivos generales:

- Mejora técnico-táctica de los deportistas
- Adquisición de hábitos deportivos saludables
- Interiorizar valores en equipo a través del juego: respeto, tolerancia, empatía, ayuda y cooperación.
- Promover el compañerismo

Objetivos deportivos:

- Conocimiento de las modalidades del atletismo
- Conocimiento del reglamento básico.



FECHA Y LUGAR

El Campus tendrá lugar en las instalaciones del C.T.D Larrabide, donde según la meteorología, las actividades programadas se llevarán a cabo en la misma pista de atletismo o en el pabellón interior.



El campus se llevará a cabo en estos días:

- Del **22** de abril al **25** de abril. (De Martes a Viernes)

El horario de la actividad durante estas semanas será de **9.00 a 14:00**.

EDADES

Abierto para todo el público de **7 a 12 años**.

****Para poner en marcha cada tanda, el mínimo de inscripciones será de 10 niños*.***

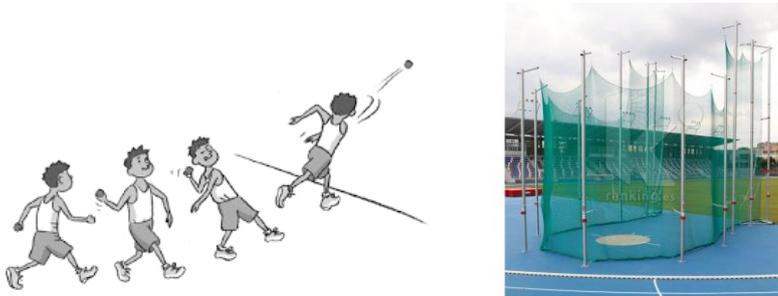
EQUIPO TÉCNICO

Todas las actividades serán supervisadas y dirigidas por un equipo de monitores titulados con experiencia en otros campus organizados por la Federación.

ACTIVIDADES ATLÉTICAS

Durante la semana, nuestro objetivo es trabajar el mayor número de disciplinas que encontramos dentro del atletismo. Aquí vemos un ejemplo de alguna de ellas.

- **Lanzamientos:** Esta modalidad se trabajará en el mismo estadio de Larrabide y se harán lanzamientos con material de goma o plástico. Para las modalidades que requieran más seguridad, disponemos de la jaula de lanzamientos.



- **Velocidad:** La velocidad es la modalidad reina del atletismo, por lo tanto, a través de juegos y técnica más específica, se trabajará la velocidad de reacción, la salidas de tacos y la técnica de carrera. Por otro lado, los alumnos podrán probar todas las distancias que componen esta modalidad.



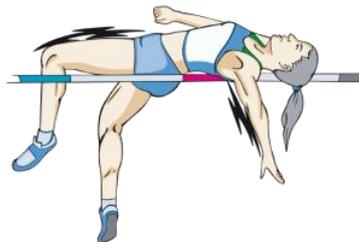
- **Resistencia:** Esta modalidad se trabajará mediante juegos aeróbicos donde los alumnos podrán probar de primera mano la resistencia aeróbica de una forma fuera de lo convencional y lúdica.



- **Carreras con vallas:** Esta modalidad es la que más miedo da a los principiantes en este deporte, por lo tanto, los monitores utilizarán material adecuado (vallas de plástico y de menor altura) para puedan disfrutar de esta modalidad con una plena seguridad. Por otro lado, se trabajará la técnica básica del paso de vallas.



- **Salto de altura:** Se trabajará esta prueba en la colchoneta que dispone el estadio de Larrabide para esta disciplina. Se trabajará esta modalidad de una forma básica, donde aprenderán las dos técnicas de salto (“la tijereta” y el arceo). Durante el entrenamiento de esta disciplina, para mantener la seguridad de los inscritos, se utilizará un listón de goma espuma para que no se hagan daño en la ejecución del salto. Aparte del salto de altura, también se trabajará otras disciplinas que estén involucrados con el salto (salto de longitud y el triple salto)



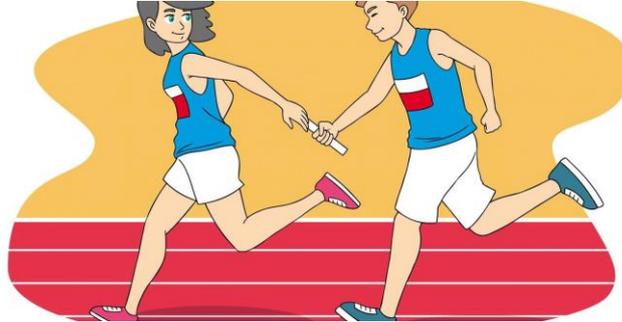
- **Marcha:** Esta disciplina se desarrollará mediante el juego.



- **Relevos:** Uno de los pilares fundamentales de este campus es el fomentar el trabajo en equipo entre los alumnos y alumnas. La mejor modalidad para ello



son las carreras de relevos. Los participantes probarán las dos disciplinas que componen los relevos, es decir, el relevo “corto” (4x100m) y el relevo largo (4x400m)



diferentes actividades.

GYMKANA

El ultimo día los participantes del campus disputaran una gymkana por equipos por la instalación, con diferentes pruebas de atletismo y de orientación.



PROGRAMACIÓN

- Horario y actividades (los tramos horarios son provisionales)

Horas/días	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
De 9:00 a 11:00	Atletismo 1	Atletismo 1	Atletismo 1	Atletismo 1
De 11:00 a 11:30	Almuerzo	Almuerzo	Almuerzo	Almuerzo
De 11:30 a 12:30	Atletismo 2	Atletismo 2	Atletismo 2	Atletismo 2
De 12:30 a 13:30	Atletismo 3	Atletismo 3	Atletismo 3	Atletismo 3
A las 14:00	Recogida	Recogida	Recogida	Recogida

Cada niño/a deberá llevar su almuerzo

***Al acabar el campus a todos los participantes se les entregará un obsequio.**

MÉTODO DE INSCRIPCIÓN Y PLAZOS

El método de inscripción será a través del siguiente enlace:

[Link Inscripción](#)

En caso de tener alguna indicación médica, se deberá informar en el formulario a la hora de realizar la inscripción.

El plazo de inscripción finalizará el 11 de Abril.

PRECIO

La cuota de inscripción por el campus será de 90 euros la primera inscripción y 70 euros el segundo hermano.

Los inscritos en los Campús de la federación en 2024, tendrán un descuento de 5 euros.



RECOMENDACIONES Y NORMATIVAS BÁSICA

- **Entradas y salidas:** Para garantizar un buen funcionamiento de las actividades, rogamos puntualidad tanto a la hora de dejada como a la hora de recogida a de los niños.
- El **punto de encuentro** en la entrada y salida de la instalación será la plaza situada en frente de la puerta principal del estadio Larrabide (Calle Sangüesa, 34)

Los participantes del campus no tendrán la necesidad de utilizar ningún aparato electrónico (móvil, tablet...) Por lo que se aconseja no llevarlos encima.

MATERIAL NECESARIO

- Ropa deportiva
- Mochila
- Cantimplora
- Almuerzo
- Gorra
- Mudass de recambio
- Zapatillas deportivas
- Calcetines

CONTACTO

Para cualquier duda o más información, escribidnos a este e-mail: secretariatecnica@fnaf.es
o por teléfono: 948 236 383

INFORMACIÓN EXTRA

El campus tiene un seguro de responsabilidad civil y un seguro de accidentes individual para cada inscrito.

Será obligatorio presentar el primer día del campus la hoja de autorización (Anexo 1)





ANEXO 1 AUTORIZACIÓN PADRE/MADRE/TUTOR
(Obligatorio entregar al monitor responsable el primer día de campus)

Yo (padre/madre/tutor) con D.N.I.....
autorizo a mi hijo (nombre y apellidos)
para que participe en el Campus de Verano de la Federación Navarra de Atletismo.

Firma de madre/padre o tutor

.....
PERSONAS AUTORIZADAS PARA RECOGER AL MENOR

NOMBRE Y APELLIDOS:

DNI:

TLF:

NOMBRE Y APELLIDOS:

DNI:

TLF:

NOMBRE Y APELLIDOS:

DNI:

TLF:

AUTORIZACIÓN USO IMAGENES

Además, necesitamos vuestra autorización para poder utilizar de manera pública las fotografías y vídeos que realicemos durante las actividades programadas para difusión de la actividad en revistas, boletines, trípticos informativos, memorias, redes sociales y/o página web de la FNA.

AUTORIZO: SÍ / NO

Firma de madre/padre o tutor:

.....

AVISO: Para la comunicación de imágenes de menores a terceras personas es necesaria la autorización de ambos progenitores, por lo que en el caso de que se autorice, confirma que posee el consentimiento del otro miembro y que le ha trasladado toda la información que consta en el documento.

En, a de de 2025