ROCROI
www.rocroi.com

GUÍA DE ACTIVIDADES DE AVENTURA

Excursiones para todas las etapas educativas






Vilanova i la Geltrú | **Llavorsí** | **Andorra** | **Murillo de Gállego**

RocRoi +34 973 62 20 35 aventura@rocroi.com rocroi.com

ROCROI: EDUCATIVO, INSPIRADOR, DIVERTIDO

RocRoi es un equipo de **profesionales del outdoor** con **más de 25 años** de dedicación en el mundo de las actividades. Nace de dos hermanos del Pallars, Lluis y Carlos, apasionados por la naturaleza y las actividades de aventura outdoor. Siempre han creído que la mejor manera de ser conscientes con la naturaleza es practicando las actividades en este entorno, de manera responsable y contribuyendo a aumentar la conciencia sobre la conservación del planeta.

Continuamos sumando nuevos retos y experiencias, siendo **sostenibles** y ofreciendo un servicio de **calidad** en constante evolución, gracias al equipo de coordinación y técnicos involucrados. Nuestra misión es enfocarnos en el **desarrollo de los valores humanos** de los niños/as y jóvenes, trabajando cada día para construir una sociedad responsable y promover la convivencia. En las sesiones, prestamos especial atención a que los estudiantes tengan **participación activa** y conozcan los elementos básicos de cada modalidad.

¿Por qué confiar en nosotros?

Interactuamos con el mundo físico para hacer un uso responsable de los recursos naturales y cuidar el medio ambiente, al mismo tiempo que buscamos que los estudiantes adquieran **autonomía** e **iniciativa personal**. Elaboramos actividades inspiradas en los **contenidos y objetivos** de los currículos de cada etapa, potenciando actitudes y valores que contribuyen a la convivencia, al respeto y al derecho de las personas, acercando a la práctica lo que se transmite en el aula.



En RocRoi ofrecemos una solidez operativa, con un equipo humano que trabaja constantemente en la excelencia del servicio, centrándonos en alumnos y docentes y trabajando con un objetivo común: **aprender a amar la naturaleza y disfrutarla con seguridad**. El conjunto de instructores/as dirige su atención hacia los participantes con objetivos claros:

- → Implicar al grupo clase
- → Explicar y mostrar las técnicas básicas para una primera experiencia
- → Mejorar el ambiente y la cohesión del grupo
- → Ser pacientes y cercanos para transmitir la emoción del outdoor a través de actividades lúdicas

RocRoi +34 973 62 20 35 aventura@rocroi.com rocroi.com

¿QUÉ PODÉIS HACER CON ROCROI?



Actividades

El **ocio** es una parte fundamental de las personas y, un espacio único donde impulsar el desarrollo personal. Además, el ocio llega a ser un espacio educativo muy relevante, al **fomentar la participación activa** y aportar **beneficios a nivel cognitivo y social**. Fomentar el clima afectivo positivo y buscar continuamente la motivación, son características propias de las actividades que ofrecemos. Escoger la combinación de actividades, es una oportunidad de **fomentar el trabajo cooperativo y atender el desarrollo intelectual, psicomotriz y social del alumnado**.

Talleres

Llegar a tener una **perspectiva crítica y reflexiva**, así como estimular la capacidad de aprendizaje del alumnado, son aspectos que tenemos en cuenta al transmitir la información.



Durante los talleres, además de trabajar el contenido perteneciente a cada uno de ellos, buscamos motivar al alumnado, **favorecer las relaciones sociales, impulsar la autonomía y reflexionar** sobre la práctica. Del mismo modo, es importante que el alumnado conozca buenas prácticas y que le ayudemos durante el proceso de aprendizaje.

Cuando realizamos los talleres, tenemos presente qué aprenderán, cómo lo aprenderán y por qué lo aprenderán. **Algunos de los talleres, están diseñados específicamente para trabajar las competencias y contenidos de algunas asignaturas.**



Excursiones

La razón por la que RocRoi destaca como empresa, es por tener unas actividades que se realizan en un **entorno natural** al aire libre. Gracias a las excursiones, en los diferentes centros podemos acercar el alumnado a la naturaleza, relacionando y **trabajando los conceptos de la biodiversidad, el ecosistema y la sostenibilidad con la actividad física**, con la finalidad de crear un mundo mejor y un estilo de vida saludable.

BASE ROCROI EN VILANOVA I LA GELTRÚ

Nuestra base marítima en el Garraf



En Vilanova puedes disfrutar de actividades escolares **durante todo el año**. Combinando actividades en la playa y en el mar, lúdicas y formativas, mientras experimentas la costa de El Garraf en todo su esplendor. La base se encuentra a 15 minutos caminando desde la estación de tren. Y con espacio delante de la misma base para poder estacionar, si la escuela llega en autocar propio.



MAR

- Kayak y Open kayak
- Paddle Surf
- Vela
- Big SUP
- Patín a pedales (pedalo)
- Rafting
- Excursiones en el mar

PLAYA

- Talleres teóricos náuticos y de nudos
- Yincanas
- Juegos y deportes en la playa
- Carreras de orientación
- Talleres Curriculares

DESCRIPTIVOS DE LAS ACTIVIDADES ESCOLARES DE ROCROI VILANOVA

EN EL MAR



Open kayak: actividad lúdica y fácil para iniciarse en el mundo de las actividades en el mar. A partir de las explicaciones de los instructores, se llevan a cabo juegos, mientras el alumnado va aprendiendo la práctica y consigue dominar los principios del kayak de manera progresiva.



Paddle Surf: actividad de iniciación y/o perfeccionamiento del paddle surf, en la que la parte lúdica estará presente en todo momento. Desde juegos hasta circuitos, utilizando el aprendizaje previo y, fortaleciendo aspectos como el equilibrio del cuerpo y la propiocepción.



Vela: Una práctica ideal para conocer el viento de Vilanova y descubrir las posibilidades que ofrece, para iniciarse en la navegación de una forma lúdica y sencilla. Es combinable con talleres náuticos para profundizar en conocimientos teóricos.



Big SUP: actividad muy divertida con una tabla de gran capacidad. Ideal cuando se busca focalizar la atención en mantener un entorno lúdico. Destaca especialmente el trabajo muscular, el equilibrio del cuerpo y la coordinación de los movimientos, junto con el compañerismo y la cooperación.



Patín a pedales (pedalo): el patín a pedales está diseñado para aquellos alumnos inquietos que quieren realizar saltos y experimentar la sensación de tirarse por un tobogán, acabar en el agua salada y volver a saltar. El alumnado avanzará mar adentro pedaleando y llevan a cabo prácticas dinamizadas por los instructores.



Rafting: ahora puedes experimentar la sensación de vencer las olas del mar, gracias a los juegos con la embarcación de rafting. Utiliza las palas para dirigir la barca y trabaja la estabilidad y la coordinación, además de fomentar valores como la cooperación y el respeto hacia el medio natural.



Excursiones en kayak: ahora puedes aventurarte haciendo travesías con embarcaciones como el open kayak o el kayak de mar. Diferentes destinos a escoger: la Playa Llarga de Cubelles, Las Calas de Sitges, Excursión a la Pasífae y salida en dirección Els Colls. Una oportunidad única para disfrutar del espacio natural con respeto y conservación del entorno.

EN LA PLAYA

Talleres: talleres con los que descubrir diferentes conceptos sobre todo lo que rodea el mar. Aprende los deportes náuticos a partir de la observación de las instalaciones, la base, el contacto con el material y de las explicaciones de los instructores. Algunos aspectos que se trabajan son: la importancia de los nudos, la orientación en el mar, las luces del puerto, los espigones y el comportamiento de las olas.

Yincanas: comparte con tus compañeras/os la oportunidad de superar una serie de pruebas y obstáculos siguiendo las reglas establecidas. Ayuda a mejorar aspectos como la coordinación, la fuerza, la destreza y la flexibilidad, mientras trabajas en equipo.

Juegos y deportes: actividades deportivas donde realizamos diferentes deportes adaptados al medio natural y al aire libre, en este caso a la playa. En cada uno de los deportes y juegos, se transmiten valores y la oportunidad de promover la actividad física. Todo en un entorno natural y siempre fomentando el fair play.

Carrera de orientación: actividad donde poder llevar a cabo una carrera de orientación junto con el desarrollo de la percepción espacial, la interpretación abstracta aplicada a la realidad y la cooperación por logro de objetivos, a través de un roadbook.

Talleres curriculares:
En los talleres se trabajan diferentes elementos específicos del currículum, a través de explicaciones y experimentos prácticos adaptados a cada ciclo. Podrán elegir el taller "¡Vive el mundo marino!" para identificar los microplásticos a través de experimentos, o ponerse en contacto para consultar el taller que mejor se adapte a sus necesidades.



EJEMPLOS FORMATO ACTIVIDADES COMBINADES

Ejemplo 1:
De 9 h a 11.30 h

- **Big SUP** como actividad náutica en equipo, con juegos de equilibrio sobre la tabla gigante, una de las actividades combinadas más divertidas para hacer en la costa del Garraf.
- Circuitos y juegos con **Paddle Surf** para poner en práctica el equilibrio del cuerpo sobre la tabla, trabajando la propiocepción y disfrutando del mar en todo su esplendor.
- **Vóley playa** para realizar una estación en la arena que permita al grupo realizar actividad en una superficie de juego diferente, disfrutando de este deporte de gran popularidad.

Ejemplo 2:
De 11.30 h a 14 h

- La **Vela** nos permitirá disfrutar del mar mientras navegamos acompañados de vistas privilegiadas por la costa de Vilanova i la Geltrú.
- **Open Kayak** para iniciarse en el mundo de las actividades náuticas con una embarcación muy estable y de gran flotabilidad, garantizando la seguridad y la participación de todos los integrantes del grupo/clase.
- Utilizaremos la embarcación de **Rafting** en el mar, ya sea con el objetivo de surfear las olas o simplemente disfrutar de la tarde realizando una actividad cooperativa donde se trabaja la coordinación.

ROCROI www.rocroi.com VILANOVA	INFANTIL	PRIMARIA			ESO BACH. CICLOS FORMATIVOS
	SEGUNDO CICLO	CICLO INICIAL	CICLO MEDIO	CICLO SUPERIOR	
ACTIVIDADES	3-6 AÑOS	6-8 AÑOS	8-10 AÑOS	10-12 AÑOS	12-18 AÑOS
Open-kayak		✓	✓	✓	✓
Kayak de mar					✓
Vela Monocasco		✓	✓	✓	✓
Vela Catamaran			✓	✓	✓
Windsurf				✓	✓
Paddle Surf			✓	✓	✓
Surf			✓	✓	✓
Body Board		✓	✓	✓	✓
Big SUP	✓	✓	✓	✓	✓
Rafting mar	✓	✓	✓	✓	✓
Patinete	✓	✓	✓	✓	✓
Vóley Playa				✓	✓
Fútbol Playa		✓	✓	✓	✓
Rugby Playa		✓	✓	✓	✓
Juegos de Playa	✓	✓	✓	✓	✓
Gincana	✓	✓	✓	✓	✓
Orientación	✓	✓	✓	✓	✓
Talleres (Nudos/Kayak/ Vela/Náuticos)	✓	✓	✓	✓	✓

RocRoi. +34 973 62 20 35 aventura@rocroi.com rocroi.com

BASES ROCROI EN LLAVORSÍ Y EN LA GUINGUETA D'ÀNEU

Las bases de río y lago del Pirineo Catalán



En Llavorsí, junto al río, se encuentra la base de actividades de RocRoi. Ubicada en una zona privilegiada del río Noguera Pallaresa, desde hace 25 años, ofrecemos actividades desde la primavera hasta el otoño. Tenemos una gran capacidad para atender a grupos escolares de todas las edades.

En La Guingueta d'Àneu, en el lago de La Torrassa, tenemos la base de actividades en aguas tranquilas, cerca del Parque Natural de L'Alt Pirineu.

BASE RÍO

- Rafting
- Barranquismo
- Hidrospeed
- Open kayak
- Trekking en el Parque Nacional
- Hípica
- Quads

BASE LAGO

- Kayak
- Tiro con arco
- Orientación
- Bautizo de kayak
- BTT
- Multiactividades

DESCRIPTIVOS DE LAS ACTIVIDADES ESCOLARES EN ROCROI LLAVORSÍ

BASE RÍO



Rafting: es la actividad estrella en el río Noguera Pallaresa. Diferentes tramos y duraciones, en función de las edades. Se trabaja la concentración, el trabajo en equipo y el equilibrio, bajando con seguridad con la corriente del agua y conduciendo la embarcación con las palas.



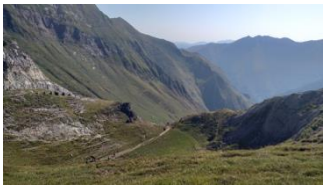
Barranquismo: la mejor manera de iniciarse en el mundo del descenso de barrancos. Caminarás, nadarás y rapelarás, a la vez que disfrutas de saltos, toboganes y piscinas naturales durante el recorrido. Siempre acompañado de un guía y con la seguridad presente durante todo el recorrido.



Hidrospeed: una disciplina individual donde hacerse con el río, gracias a la tabla flotante, controlada con el movimiento del propio cuerpo. Mejoraréis la resistencia física, a la vez que os guiaréis por la intuición. Diferentes tramos adaptados para diferentes grupos de edades.



Open kayak: aprenderéis los conceptos básicos de como remar, la progresión y el viraje, impulsados por el agua del río. Mejorar aspectos como la coordinación de movimientos, el equilibrio y la resistencia.



Trekking: el Parque Nacional situado en medio de la cordillera de los Pirineos, destaca por los bosques, el agua y los prados verdes. Al ser una actividad de baja dificultad, es ideal para todo tipo de edades. Disfrutaréis de un mosaico formado por bosques mixtos, gracias a la vegetación de la zona. Posibilidad de combinar la excursión con un taxi 4x4.



Hípica: permite estimular el desarrollo afectivo y emocional a la vez que se trabaja la precisión, en contacto directo con la naturaleza. La relación con el grupo y las tareas en conjunto, fomentan el aprecio y el respeto por los animales.



Parque acrobático: supera los distintos niveles de los circuitos, sorteando obstáculos, pasarelas, puentes de madera, cables y tirolinas. Los instructores explicarán qué material utilizaremos durante el circuito y el funcionamiento del mismo. Para finalizar, nos equiparán con arnés, mosquetón y casco.



Paintball: en un bosque preparado para la actividad, dos equipos deben conquistar la base del equipo contrario o eliminar a los jugadores del otro equipo, gracias a una marcadora aire comprimido con 100 bolas que al impactar dejan una mancha de color. A los participantes se les proporciona un mono y una mascarilla de protección.

Multi Yeti: es una actividad situada junto al río, rodeada de árboles de ribera. Circuito donde los participantes deben pasar por diferentes puentes (puente mono, tibetano y de cuerda), con un total de 4 puentes que finaliza con una emocionante tirolina. Antes de comenzar la actividad, el grupo recibirá el equipo necesario, que incluye arnés, casco y mosquetón. Se recomienda ropa cómoda y calzado deportivo.

BASE LAGO



Tiro con arco: favorece la concentración y el autocontrol, con la práctica del tiro con arco. El esfuerzo y la superación estarán presentes durante la práctica, mientras el grupo afronta cada desafío.



Orientación: recorreréis el paisaje a partir de señales que os facilitarán las pistas sobre la ubicación. Mantendréis contacto con la naturaleza, interactuaréis con el entorno y desarrollaréis el ingenio y la resolución de conflictos. Todo en un entorno limitado



Bautizo de kayak: actividad guiada con kayak en las aguas tranquilas del Lago de La Guingueta d'Àneu. Descubriréis el paisaje y los tipos de paladas que se dan en el kayak. Conoceréis la posición para un correcto paleo y aprenderéis a desplazaros, en la zona del Parque Natural.



BTT: salida en el entorno del Parque Natural del Alt Pirineu, donde descubrir los beneficios de esta práctica. Ruta con los compañeros y compañeras, de carácter lúdico. Ideal para trabajar la coordinación y el equilibrio y fomentar las actividades saludables. Actividad adaptada a cada etapa.



Multiactividades: si lo que buscáis es pasar un día con un conjunto de actividades en el Lago de La Guingueta, podréis escoger combinaciones que incluyen actividades de canoa-kayak, BTT, tiro con arco y/o orientación. Posibilidad de escoger paquetes de 2 o 3 actividades.

Quads: subid al quad para recorrer un circuito con vehículos adaptados de 125cc y circuitos delimitados. Esta actividad está pensada para la iniciación y en ningún caso tiene fines competitivos. Circuitos de 15 o 30 minutos.

EJEMPLOS FORMATO ACTIVIDADES COMBINADAS

Ejemplo 1:
De 11 h a 13 h

→ Descenso en **Rafting** para los más aventureros, con la emoción de descender por el río Noguera Pallaresa experimentando los rápidos de forma segura. Dinamizado por guías certificados y apasionados del outdoor, con diferentes recorridos disponibles para elegir.

Ejemplo 2:
De 9 h a 11.30 h

→ El **Barranco de Berrós** es una actividad que permite a las personas principiantes acercarse al barranco de forma fácil, perfecta para que el alumnado pruebe algunos toboganes de agua y saltos, además de mojarse en piscinas naturales excavadas en la roca.

→

De 15.30 h a 17.30 h

→ **Actividad Multiaventura y Tiro con Arco**, para realizar actividades más tranquilas en el Lago de la Torrassa, rodeados de un entorno espectacular como es el Parque del Alt Pirineu.

ROCROI LLAVORSÍ	INFANTIL	PRIMARIA			ESO	BACH.
	SEGUNDO CICLO	CICLO INICIAL	CICLO MEDIO	CICLO SUPERIOR		CICLOS FORMATIVOS
ACTIVIDADES	3-6 AÑOS	6-8 AÑOS	8-10 AÑOS	10-12 AÑOS	12-16 AÑOS	16 - >18 AÑOS
RAFTING 5 km		👍	👍	👍	👍	👍
RAFTING 8 km			👍	👍	👍	👍
RAFTING 14 km / 16 km / 20 km					👍	👍
RAFTING 52 km						👍
HIDROSPEED 3 km				👍	👍	👍
HIDROSPEED 4,5 km					👍	👍
HIDROSPEED 9 km / 10 km						👍
OPEN KAYAK 3 km					👍	👍
OPEN KAYAK 4,5 km / 8 km / 9 km / 1 km						👍
BARRANCO BERROS			👍	👍	👍	👍
BARRANCO SANT PERE					👍	👍
BARRANCO ESTARON SUPERIOR					👍	👍
BARRANCO ESTARON INFERIOR						👍
BARRANCO INFIERNO						👍
BARRANCO VIU LLEVATA/GURB/ESPONES						👍
TREKKING PARC NACIONAL I PARC NATURAL		👍	👍	👍	👍	👍
HÍPICA			👍	👍	👍	👍
PACK MULTIAVENTURA + ARCO			👍	👍	👍	👍
CURSO KAYAK						👍
ACTIVIDADES LAGO	3-6 AÑOS	6-8 AÑOS	8-10 AÑOS	10-12 AÑOS	12-16 AÑOS	16 - >18 AÑOS
KAYAKS Y CANOAS INDIVIDUALES		👍	👍	👍	👍	👍
KAYAK Y CANOAS 2/3 y 4 (2 ADULTOS + 2 NIÑOS)	👍	👍	👍	👍	👍	👍
PADDLE SURF				👍	👍	👍
TIRO CON ARCO		👍	👍	👍	👍	👍
INFLABLES	👍	👍	👍	👍	👍	👍
SALIDAS GUIADAS 3 HORAS		👍	👍	👍	👍	👍
CURSO INICIACIÓN AL KAYAK BAUTIZO					👍	👍
COMBI A- 1 h KAYAK DOBLE + ½ h SUP			👍	👍	👍	👍
COMBI B- ½ h KAYAK DOBLE + ½ SUP + RAFT 14km					👍	👍
COMBI C- ½ h KAYAK DOBLE + ½ SUP + B. BERROS				👍	👍	👍

RocRoi. +34 973 62 20 35 aventura@rocroi.com rocroi.com

BASES ROCROI EN ANDORRA

Grau-Roig i Ordino-Arcalís, los centros de actividades en Grandvalira



Con dos centros ubicados en una estación de reconocimiento internacional como es Grandvalira, en los sectores de Grau-Roig y Ordino-Arcalís, en RocRoi tienes la oportunidad de disfrutar como nunca de la nieve durante el invierno y de la naturaleza verde en verano .





INVIERNO

- → Raid escolar de nieve
- → Raquetas
- → Mushing
- → Snowtubbing
- → Construcción Iglús
- → Camino de los Exploradores

VERANO

- → Camino de los Exploradores
- → Raid Contraband Adventure
- → Excursión nocturna

DESCRIPTIVOS DE LAS ACTIVIDADES ESCOLARES DE ROCROI ANDORRA

INVIERNO



Raid escolar: combinación de actividades en la nieve. Construiréis iglús, haréis uso del ARVA para recibir señales y encontrar un tesoro, practicaréis el curling tubbing y el tiro con arco, haréis una carrera de habilidad utilizando raquetas y resolvéis las preguntas que se encuentran en diferentes puntos mientras trabajéis la orientación.



Raquetas: las raquetas nos permiten adentrarnos en la alta montaña cómodamente y sin conocimientos previos. Apto para todo tipo de público, esta actividad nos permite adaptar diferentes circuitos en función de la edad, disfrutando de un paisaje único en el sector de Grau Roig.



Mushing: salida en trineo dentro de un recorrido establecido. Los perros nórdicos guiarán el trineo y formarán parte de la aventura, mientras trabajáis en equipo y disfrutáis de esta práctica en plena naturaleza, de manera sostenible y segura.



Snowtubing: diversión y adrenalina encima del tubing, al aire libre. El objetivo será bajar por los toboganes de nieve girando sobre el tubing.



Construcción de iglús: construye tu propio iglú en la nieve. Escoge el lugar y, como los esquimales, construye el iglú a partir de bloques de nieve que te ayudarán a formar las paredes y la cúpula. Descubriréis las costumbres árticas y seréis los protagonistas durante el proceso de construcción.

VERANO



Camino de los exploradores: conviértete en un auténtico explorador. Realizaréis diferentes pruebas donde trabajar la orientación, el equilibrio, la habilidad, la supervivencia, los circuitos y los enigmas, con la ayuda de un mapa y una brújula. La temática está ambientada en las historias y metodologías de los contrabandistas de la época en Andorra.



Excursión nocturna: descubre la montaña de una manera diferente. Aventura nocturna adaptando el recorrido según el ciclo de los estudiantes.

EJEMPLOS FORMATO ACTIVIDADES COMBINADAS

Ejemplo 1:

De 10 h a 12 h

→ **Excursión Guiada con Raquetas de Nieve**, permitiendo al grupo clase adentrarse en la alta montaña sin necesidad de conocimientos previos. Disfrutaremos de circuitos únicos que nos ofrece el paisaje de Grau Roig.

Ejemplo 2:

De 10 h a 13 h

→ Combinación de actividades en la nieve, para fomentar la cooperación y cohesión de grupo a través de una **yincana con raquetas, la construcción de iglú y el uso del ARVA**.

De 15 h a 16 h

→ Con el **snowtubing** liberaremos la adrenalina, mientras el grupo baja la montaña nevada girando sobre el tubing. Actividad muy recomendable si se busca pasar una tarde con risas aseguradas.

ROCROI www.rocroi.com ANDORRA	E. PRIMARIA			ESO BACH. CICLOS FORMATIVOS
	CICLO INICIAL	CICLO MEDIO	CICLO SUPERIOR	
ACTIVIDADES INVIERNO	6-8 AÑOS	8-10 AÑOS	10-12 AÑOS	12-18 AÑOS
"Camí exploradors" + Construcción iglú y ARVA	👍	👍	👍	
Gincana con raquetas + Construcción iglú y ARVA			👍	👍
"Camí Exploradors"	👍	👍	👍	
Snowtubing	👍	👍	👍	👍
Iglú + ARVA	👍	👍	👍	👍
Raid Escolar (Iglú + ARVA + snowtubing + tiro con arco + habilidad raquetas + puntos de orientación)	👍	👍	👍	👍
Excursión Motos de nieve				> 18 AÑOS
Excursión Raquetas	👍	👍	👍	👍
Mushing	👍	👍	👍	👍
Tiro con arco	👍	👍	👍	👍
Golf nieve	👍	👍	👍	👍
Vóley nieve	👍	👍	👍	👍
Fútbol nieve	👍	👍	👍	👍
Orientación en la montaña	👍	👍	👍	👍
ACTIVIDADES VERANO	6-8 AÑOS	8-10 AÑOS	10-12 AÑOS	12-18 AÑOS
Trekking Orientación		👍	👍	👍
"Camí exploradors"	👍	👍	👍	👍
Raid "Contraband adventure!"			👍	👍
Excursión nocturna			👍	👍
Trekking + Talleres artesanos Andorra	👍	👍	👍	👍

RocRoi. +34 973 62 20 35 aventura@rocroi.com rocroi.com

BASE ROCROI EN MURILLO DE GÁLLEGO

La NUEVA base de río y montaña en el Pirineo Aragonés



En Murillo de Gállego encontrarás un gran abanico de posibilidades. Esta base está ubicada en un entorno natural ideal para practicar actividades de aventura. Ofrecemos algunas actividades en Murillo de Gállego (Pre-Pirineo Aragonés) y otras en Jaca.

RÍO Y MONTAÑA

- Rafting
- Hidrospeed
- Barranquismo
- Travesía en Canoa
- Vía Ferrata
- Yincana acuática
- Escalada
- Senderismo
- Orientación
- Paintball
- Laser combat
- Escape outdoor
- Arborismo
- Visitas culturales
- Circuito multiaventura
- Humor amarillo

DESCRIPTIVOS DE LAS ACTIVIDADES ESCOLARES DE ROCROI MURILLO

RÍO Y MONTAÑA



Rafting: descenderéis por un tramo del río con la embarcación de rafting, acompañados por un instructor. Desarrollaréis la fuerza, la resistencia y la coordinación entre compañeros y compañeras, fomentando una actividad lúdica y de colaboración.



Hidrospeed: consiste en realizar un descenso por las aguas bravas. El Hidrospeed permite que la persona que lo utiliza se mantenga flotando, a la vez que se impulsa por la corriente con las aletas. Trabajaremos elementos como la propulsión y el desplazamiento



Barranquismo: actividad en contacto directo con el agua. El descenso de barrancos permite que el alumnado siga el curso del río saltando, tirándose por los toboganes y haciendo rappel.



Travesía en canoa: ruta llevada a cabo con una embarcación de gran estabilidad. Se trabajará la coordinación, el trabajo en equipo y el equilibrio, manteniendo la estabilidad sobre la canoa.



Vía Ferrata: practicaréis elementos como la coordinación, los elementos de seguridad y la habilidad, en esta práctica de senderismo y escalada.



Yincana acuática: actividad lúdica en el medio acuático, donde aprenderéis los elementos de seguridad y la natación, mediante juegos recreativos.



Escalada: enfocada a superar retos y a hacerlo de manera segura y sin riesgo. La actividad de escalada permite aplicar los conocimientos técnicos de la escalada deportiva en la práctica.



Senderismo: si buscáis descubrir la vida rural y disfrutar de unas vistas únicas a plena naturaleza, a la vez que la comprendéis y reflexionáis sobre el medio ambiente, la ruta de senderismo os permitirá descubrir la fauna, la flora y la geología de la zona.



Orientación: aprenderéis a descifrar pistas y descubriréis los principales monumentos y zonas características de la zona, a la vez que observáis la flora y la fauna.



Paintball: juego donde tendréis diferentes roles durante su realización. Los participantes deberán llegar a una puntuación y evitar ser eliminados. Se hará por medio del desplazamiento del cuerpo y del lanzamiento de bolas de pintura a diferentes objetos y a los participantes del juego.



Laser combat: simulación de juegos de combate. Se utilizarán equipos tecnológicos con rayo infrarrojo que detectan al rival cuando impactan los sensores. Es un sistema inocuo, por lo que no es necesario ningún tipo de vestimenta especial ni protecciones.



Escape outdoor: trabajaréis en grupo para descifrar los enigmas y misterios. Se hará uso de una Tablet, un maletín Action Pack y un GPS para llegar a las zonas con pistas, en equipos. Se puede llevar a cabo tanto, en el entorno natural de Jaca como en la ciudad.



Arborismo: realizaréis recorridos entre los árboles, con circuitos preparados y adaptados a diferentes alturas. Dispondréis de diferentes niveles de dificultad y os desplazaréis por medio de tirolinas, cruzando puentes y trepando por las cuerdas.



Visitas culturales: diferentes opciones a visitar; Castillo de Loarre, Monasterio, Ciudadela de Jaca y Huesca. Veréis fortalezas románicas, castillos, monasterios, el casco antiguo y museos, descubriendo con las visitas guiadas, la vida medieval de la época.



Circuito multiaventura: combinación de actividades lúdicas ideales para la iniciación en deportes de montaña y el trabajo de agilidad y coordinación. Los participantes os distribuiréis a través de un circuito y realizaréis las actividades de escalada, rappel, tirolina y tiro con arco.



Humor Amarillo: pruebas locas y divertidas con las que pasar un rato genial y de lo más divertido. Probaréis actividades como los bolos humanos, el circuito de habilidades, la carrera de carretillos y muchas más, siempre con el mejor ambiente y compañía.

EJEMPLOS FORMATO ACTIVIDADES COMBINADAS

Ejemplo 1:
De 10 h a 13 h

→ **Circuito multiaventura**, donde el grupo realizará escalada, rápel, tirolina y tiro con arco, iniciándose en los deportes que ofrece la montaña.

Ejemplo 2:
De 10 h a 13 h

→ **Senderismo** para recorrer la naturaleza y reflexionar sobre la flora y fauna, descubriendo la geología del lugar. Diferentes ubicaciones donde llevar a cabo la actividad: Reino de los Mallos, Pirineos o Sierra de Guara.

De 15 h a 17.30 h

→ **Rafting** en aguas bravas, descendiendo y cooperando para dirigir la embarcación por el río. Trabajamos la coordinación y fomentamos la interacción social y el compañerismo.

ROCROI www.rocroi.com MURILLO DE GÁLLEGO	PRIMARIA			ESO	BACH. CICLOS FORMATIVOS
	CICLO INICIAL	CICLO MEDIO	CICLO SUPERIOR		
ACTIVIDADES	6-8 AÑOS	8-10 AÑOS	10-12 AÑOS	12-16 AÑOS	16-18 AÑOS
Rafting			👍	👍	👍
Barranquismo				👍	👍
Hidrospeed				👍	👍
Circuito Multi-aventura			👍	👍	👍
Canoa Pantano			👍	👍	👍
Via Ferrata				👍	👍
Orientación			👍	👍	👍
Senderismo			👍	👍	👍
Escalada medio día				👍	👍
Gymkana acuática			👍	👍	👍
Descenso en Canoa					👍
Paintball	👍	👍	👍	👍	👍
Láser Combat		👍	👍	👍	👍
Humor Amarillo			👍	👍	👍
Escape Outdoor			👍	👍	👍
Parque de Arborismo	👍	👍	👍	👍	👍

RocRoi. +34 973 62 20 35 aventura@rocroi.com rocroi.com

CALENDARIO BASES ROCROI

Vilanova i La Geltrú	Llavorsí	Andorra	Murillo de Gállego
Abierto todo el año	De marzo a octubre	De diciembre a abril y de mayo a noviembre	De marzo a julio

¡GRACIAS POR CONTAR CON NOSTROS!

Si deseas que te resolvamos cualquier duda, contacta con nosotros vía correo electrónico a través de aventura@rocroi.com o por teléfono al 973 622 035.

En caso de querer recibir un presupuesto a medida, y para ir avanzando en la propuesta, te agradeceremos que nos envíes la siguiente información:

- Nombre del centro educativo, curso del grupo y número de participantes.
- Centro RocRoi donde se quiere realizar la actividad, actividades deseadas y preferencia de día y hora.

¡TE ESPERAMOS!