



Federación de Salvamento y Socorrismo  
Región de Murcia

# TECNIFICACIÓN MENORES

25 Y 26 DE MAYO

CAR Infanta Cristina (Los Narejos)

- Categorías: Benjamín/Alevín/Infantil/Cadete.
- Horario: 25 de mayo a las 10:00h / 26 de mayo a las 13:00h
- Incluye:
  - Comidas buffet: 25 de mayo; comida, merienda y cena. 26 de mayo; desayuno y almuerzo.
  - Habitaciones: séxtuples, habitaciones separadas por sexos, los monitores dormirán cerca de los deportistas (masculino y femenino).
- Objetivo: preparar las competiciones de playa, mediante la práctica y entrenamiento de cada una de las pruebas. Permitir que otros deportistas. La FSSRM proporcionará todo el material colectivo necesario (tablas, nipper, tubos de rescate, banderas, etc.). El material individual lo dispondrán cada uno de los deportistas (bañador, gafas, neopreno, aletas) No es obligatorio el uso de neopreno, pero sí recomendable.
- Inscripción:
  - Los deportistas que deseen participar en el “Campus las flores” deberán descargar de la web [www.fssrm.es/deporte/concentraciones](http://www.fssrm.es/deporte/concentraciones) y enviar al correo [tecnificaciones@fssrm.es](mailto:tecnificaciones@fssrm.es) los siguientes documentos:
    1. Resguardo bancario con el concepto “Nombre y Apellidos+ DNI” (del deportista).
    2. Hoja de inscripción
  - El plazo de inscripción es hasta el lunes 13 de mayo, NO se aceptaran inscripciones sin el envío de la documentación solicitada.
  - Las plazas son limitadas, por lo que si al hacer la inscripción estuvieran agotadas las plazas se le devolvería el recibo y se le enviaría un correo informándole. Del mismo modo, se le enviará un correo informando si ha sido admitido para el campus.
- Precio por deportista: 55€.
- **Plazas limitadas: 12 masculinos 12 femeninos**



Federación de Salvamento y Socorrismo  
Región de Murcia

## EQUIPAJE DEPORTISTAS

El equipaje de los deportistas estará dispuesto en tres bultos. En uno de ellos irá la ropa necesaria para los días de campus. En otra, más pequeña, los utensilios para poder asearse después de realizar las actividades deportivas, otra, aún más pequeña, los productos de higiene personal. Se recomienda no llevar más ropa de la que en este documento se pide, ya que un exceso de equipaje puede ser contra productivo.

El uso del teléfono móvil quedará restringido, solo se les permitirá utilizarlo después de comer y después de cenar, para poder comunicarse con sus respectivas familias. En caso de emergencia se les facilitará un teléfono para que puedan contactar con su hijo/a fuera de las horas establecidas.

### Maleta.

- 3 Camisetas de manga corta.
- 1 Sudadera.
- 2 Pantalón largo deportivo.
- 3 Pantalones cortos deportivos.
- 1 Pijama largo.
- 1 Zapatillas de deporte (cómodas para correr).
- 3 Mudar ropa interior

### Macuto mediano.

- 2 Bañador.
- Gorro.
- Gafas natación
- Gorra
- Protector solar.
- 1 Chanclas.
- 1 Toalla de ducha.
- 1 Botella de agua 1,5 litros.
- Neopreno (opcional).

### Bolsa de aseo.

- Cepillo y pasta de dientes.
- Champú y gel de ducha.
- 1 Toalla muy pequeña.
- Desodorante.
- Medicamentos (únicamente de aquellos que lo necesiten por prescripción médica e informando de su tenencia a los monitores responsables previamente).