

\\
**CAMPAMENTOS
E EXCURSIÓNS DE DÍA
PARA CENTROS EDUCATIVOS**

Xeocámping Montañas do Courel

*Descubriendo a pegada de Roma a través
dunha experiencia inesquecible.*

ÍNDICE

- 01** SOBRE NÓS 01/
- 02** EXCURSIÓNS DE DÍA:
"GALLAECIA ROMANA" 03/
- 03** CAMPAMENTOS CON PERNOITA:
"AVENTURA NO COUREL" 07/
- 04** ACTIVIDADES DE LECER EDUCATIVO 14/
- 05** ORZAMENTO E MÁIS INFORMACIÓN 21/
- 06** FORMAS DE FINANCIAMENTO 25/



SOBRE NÓS

Aventeira S. Coop. Galega

Somos **unha cooperativa galega sen ánimo de lucro** constituída en 2019, especializada no deseño, desenvolvemento e avaliación de **proxectos socioeducativos en materia de igualdade de xénero, participación, mediación escolar, lecer educativo e intervención comunitaria**. Traballamos da man de administracións públicas, centros educativos e entidades sociais, creando propostas adaptadas ás necesidades de cada contexto e orientadas á xeración de impacto social.

Como cooperativa de iniciativa social, **cremos na educación como unha ferramenta para construír comunidade e transformar a realidade**. Por iso, desenvolvemos proxectos participativos, inclusivos e vivenciais, nos que o xogo ocupa un lugar central como motor da aprendizaxe, da creatividade e do cambio. Guiámonos polos principios da democracia, os coidados, a confianza e a conciencia crítica, integrando de forma transversal a promoción da igualdade, a innovación educativa e o compromiso coa cultura e coa lingua galega.





Experiencias que deixan pegada

Os campamentos e as excursións de día ofrecen unha experiencia única para o alumnado, pensada para **vivir, xogar, descubrir e compartir fóra do contexto habitual do centro educativo**. Trátase de actividades nas que os rapaces e rapazas se mergullan nunha proposta dinámica e participativa, chea de retos, xogos, ambientación e momentos para lembrar, nun entorno natural privilexiado.

Ao longo destas experiencias, **as persoas participantes conviven, colaboran e divírtense xuntas**, fortalecendo vínculos co grupo, facendo novas amizades e desfrutando de vivencias intensas que combinan aventura, creatividade e traballo en equipo. A través do xogo, de actividades ao aire libre e de dinámicas compartidas, os campamentos e excursións convértense nun espazo **onde aprender sen decatarse, experimentar emocións novas e sentirse parte dun grupo**.

A convivencia fóra da rutina diaria supón tamén unha oportunidade para gañar autonomía e confianza, asumir pequenas responsabilidades e tomar decisións nun contexto seguro e acompañado. Este tipo de experiencias **contribúen de maneira natural ao desenvolvemento persoal, favorecendo a autoestima, a capacidade de adaptación, a empatía e o respecto** polas demais persoas e pola contorna.

Cómpre destacar que **todas as actividades son adaptadas ás características e necesidades de cada grupo**, co obxectivo de garantir unha experiencia inclusiva, motivadora e significativa, na que cada participante poida sentirse cómodo, protagonista e parte activa da proposta.

02



EXCURSIONS "GALLAECIA ROMANA"



EXCURSIÓNS

"GALLAECIA ROMANA"

02

As **excursións Gallaecia Romana** son a opción ideal para grupos ou centros educativos que desexan realizar unha actividade puntual, xa sexa ao longo do curso escolar ou como peche do mesmo. A mocidade poderá **gozar dunha xornada diferente, chea de aprendizaxes e experiencias totalmente ambientadas**, desde unha perspectiva lúdica e gamificada.

O deseño destas excursións estará **adaptado ás características do grupo participante e aos obxectivos da visita**. Ademais, ofrécese a posibilidade de contratar un servizo de *catering* para o xantar.

De seguido, achegamos o **cronograma tipo correspondente a unha excursión de medio día e de día completo**, a modo de exemplo:

HORARIO	EXCURSIÓN DE MEDIO DÍA
10:00	Chegada e benvida ambientada ao Xeocámping
10:15	Xogos de distensión
10:45	Actividade 1
11:45	Descanso e merenda (<i>se procede</i>)
12:00	Actividade 2
13:00	Recollida, peche e dinámica de despedida

EXCURSIÓNS

"GALLAECIA ROMANA"

02

HORARIO	EXCURSIÓN DE DÍA COMPLETO
10:00	Chegada e benvida ambientada ao Xeocámping
10:15	Xogos de distensión
11:00	Actividade 1
12:00	Descanso e merenda <i>(se procede)</i>
12:15	Actividade 2
13:15	Xogo libre
14:00	Xantar
15:00	Remate do xantar <i>(recollida e tempo de aseo)</i>
15:30	Actividade 3
16:30	Actividade 4
17:30	Recollida, peche e dinámica de despedida

EXCURSIÓNS "GALLAECIA ROMANA"

02



Coas **excursións *Gallaecia Romana*** pretendemos achegar á rapazada á historia da Minaría Aurífera Romana dun xeito gamificado, divertido e interactivo. Desde a chegada ao Xeocámping ata o remate da xornada, cada detalle estará coidado para crear unha experiencia inmersiva e atractiva. Desde a chegada do autobús ata a súa partida, o grupo será recibido e acompañado por personaxes caracterizados da época romana, mentres a escenografía e os diferentes elementos da actividade contribuirán a recrear o ambiente e favorecer a implicación da rapazada.





CAMPAMENTOS "AVENTURA NO COUREL"



CAMPAMENTOS

"AVENTURA NO COUREL"

03

Os **campamentos *Aventura no Courel*** constitúen unha opción atractiva e diferente para realizar tanto durante como ao final do curso escolar, xa que **combinan o aproveitamento activo do tempo de lecer co fomento da diversión e do compañeirismo**, ao tempo que ofrecen oportunidades valiosas de aprendizaxe a nivel persoal e emocional.

A mocidade poderá **vivir experiencias fóra do común** no seu día a día, que lles permitirán desenvolver a súa autonomía persoal, o pensamento crítico e a conciencia sobre o valor dos recursos ambientais que ofrece a nosa contorna.

Porque nada é comparable coa sensación de deitarse baixo as estrelas nunha tenda de campaña montada coas túas propias mans!

Obxectivos

- 1/ Ofrecer unha **alternativa de ocio saudable** á mocidade nunha contorna rural.
- 2/ Crear **espazos lúdicos e de coidados** que contribúan ao benestar psicosocial da infancia e da mocidade.
- 3/ Achegar o **patrimonio natural, cultural e etnográfico** da zona ás persoas novas, promovendo o seu coñecemento e respecto polo mesmo.
- 4/ Fomentar a **adquisición de competencias sociais**, especialmente as relacionadas co traballo en equipo e a cooperación.

Localización

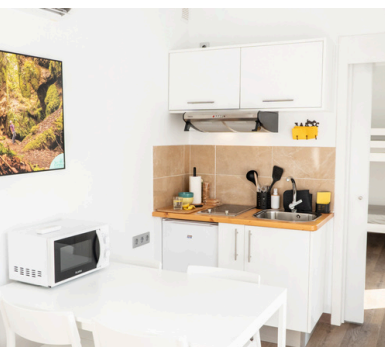
O **Xeocámping Montañas do Courel**, situado no **Concello de Ribas de Sil (Lugo)**, preséntase como un espazo inmejorable para a realización deste tipo de actividades educativas e de lecer, especialmente aquelas ligadas á natureza, á convivencia e ao descubrimento do medio.

CAMPAMENTOS "AVENTURA NO COUREL"

03

O complexo conta con **instalacións modernas de recente construción**, adaptadas para acoller campamentos con pernoita, entre outras actividades:

- **Parcelas para acampada en tendas de campaña e zona de acampada libre de 1.800 m²**, tamén habilitada para instalar tendas de campaña.
- **Bungalows** para o aloxamento de persoas adultas acompañantes.
- **Edificio de usos múltiples**, con capacidade para 50 persoas, ideal para o desenvolvemento de actividades interiores en caso de condicións meteorolóxicas adversas.
- **Amplas zonas exteriores**, onde se desenvolverá a maior parte das actividades.
- **Dúas piscinas de diferente profundidade**, pensadas para o desfrute e a seguridade da rapazada.
- **Centro de Interpretación da Minaría Aurífera Romana (CIMAR)**, un espazo educativo único para afondar no pasado mineiro da zona.
- **Unha contorna única**, na entrada do Courel, rodeada de montañas, pero moi accesible por estrada.



CAMPAMENTOS "AVENTURA NO COUREL"

03

O **Xeoparque Montañas do Courel**, recoñecido como **Xeoparque Mundial pola UNESCO desde 2019**, constitúe un escenario excepcional para explorar unha parte significativa da historia xeolóxica do planeta. Este territorio protexe un dos enclaves de maior valor paisaxístico, humano e xeolóxico de Galicia.



Formacións rochosas imponentes, tradicións ancestrais, frondosos montes que acollen especies emblemáticas como o lobo, camiños e vales glaciares, castros fortificados, vestixios romanos e ruínas medievais conforman este entorno máxico. **Millóns de anos esculpiron estas montañas tapizadas agora da cor verde que lles outorga a natureza.**

O **Xeocámping Montañas do Courel** non só ofrece un lugar perfecto para hospedar ás persoas participantes, senón que tamén se converte nun marco privilexiado para traballar múltiples contidos educativos, favorecendo a aprendizaxe significativa en contacto directo coa natureza.



Temáticas dos campamentos

A temática do campamento **vén determinada pola riqueza natural, etnográfica e cultural que ofrece o entorno do Xeoparque Montañas do Courel**. Por tanto, esta xirará arredor de tres piares fundamentais:

1/ Aventura na natureza



Un dos nosos obxectivos é **ofrecer e fomentar alternativas de lecer saudables para a mocidade**. A contorna na que nos atopamos, cunha extensión de 577 km² de natureza, ofrece **tranquilidade, beleza paisaxística e múltiples posibilidades para o desenvolvemento de actividades deportivas ao aire libre**. A través de propostas como o sendeirismo, a orientación, a bicicleta de montaña, o tiro con arco ou as actividades de supervivencia, a rapazada poderá conectar coa natureza mentres adquire habilidades físicas e sociais.



2/ Educación e Interpretación Ambiental



A serra do Courel acolle arredor de 800 especies de plantas, moitas delas presentes nas súas emblemáticas devesas e soutos, auténticas xoias do patrimonio biolóxico galego. **Estes espazos naturais, ricos en biodiversidade, constitúen o escenario perfecto para a aprendizaxe ambiental.**

En relación á fauna, O Courel é unha reserva natural de gran valor. A pesar da desaparición dalgúns especies como o oso pardo ou o cervo común, a zona conserva unha importante diversidade: **máis de 160 especies de vertebrados conviven nun territorio de apenas 150 km².** Entre os mamíferos destacan o lobo, o raposo, a londra, a marta, o corzo ou o xabaril. No ceo, con algo de sorte, é posible avistar exemplares de aguija real ou moucho real.

Esta **diversidade ecolóxica**, xunto aos recursos interpretativos dispoñibles na contorna, permitirán desenvolver múltiples actividades centradas na educación e sensibilización ambiental.





3/ Arte, cultura e historia



As montañas do Courel foron testemuña de importantes fitos históricos. Hai máis de 2.000 anos, coa chegada dos romanos, comezouse unha intensa actividade mineira que deixou un legado impresionante: 66 castros, 99 minas de ouro e máis de 5 km de canles de auga. Na Idade Moderna, o territorio acolleu unha próspera industria siderúrxica, con ata 15 ferrerías activas. A finais do século XIX iniciouse a extracción de antimonio e chumbo, destacando a mina de Vilarbacú, unha das máis relevantes de España. Xa no século XX, fóronse sumando explotacións de caliza e lousa.

Todo este patrimonio pode coñecerse en profundidade a través do **Museo Xeolóxico e Etnográfico de Quiroga** e do **Centro de Interpretación da Minaría Aurífera Romana (CIMAR)**, situado precisamente dentro do Xeocámping Montañas do Courel.



ACTIVIDADES DE LECER EDUCATIVO



1/ A febre do ouro

→ **Descrición:** Os grupos explorarán un areeiro na procura de “*pepitas de ouro*” agochadas. Empregarán pequenas ferramentas para escavar e logo utilizarán a auga para aprender a separar a terra do mineral, como facían os romanos na antigüidade.

→ **Obxectivos:** Coñecer a minaría aurífera romana; experimentar a dificultade do proceso; traballar en equipo.

→ **Idades:** Recomendada para Educación Infantil.

→ **Duración:** 1 hora.



2/ Reliquias de Roma



→ **Descrición:** Recreación dun pequeno xacemento arqueolóxico no que descubrirán réplicas de utensilios romanos (fragmentos de cerámica, ferramentas, moedas, etc.).

→ **Obxectivos:** Valorar o patrimonio histórico e a importancia da arqueoloxía; comprender como se reconstrúe a vida pasada.

→ **Idades:** Recomendada para Educación Infantil.

→ **Duración:** 1 hora.

3/ Crea o teu casco romano

→ **Descrición:** Cada participante creará e decorará o seu propio casco romano de cartón, coñecendo ao mesmo tempo algúns elementos básicos da vida e do exército na época romana.

→ **Obxectivos:** Achegarse á cultura romana dunha forma creativa e participativa; desenvolver a creatividade e as habilidades manuais.

→ **Idades:** Recomendada para Educación Primaria.

→ **Duración:** 1 hora.



4/ Visita ao CIMAR

→ **Descrición:** Visita guiada polos espazos expositivos, con apoio de xogos de pistas e preguntas.

→ **Obxectivos:** Comprender a importancia da minaría aurífera no Courel e na romanización de Galicia.

→ **Idades:** Adaptable a Educación Primaria e Secundaria.

→ **Duración:** 1 hora.



5/ A ruta dos museos

→ **Descrición:** Faremos unha andaina ata Quiroga para visitar os museos Xeolóxico e Etnográfico, e así descubrir como se formou esta paisaxe e como viviron as persoas que a habitaron.

→ **Obxectivos:** Coñecer o patrimonio xeolóxico, cultural e etnográfico do territorio; comprender mellor a relación entre a paisaxe e os seus habitantes.

→ **Idades:** Recomendada para 3º ciclo de Educación Primaria e Secundaria.

→ **Duración:** 3 horas e media.



6/ Olimpíadas Romanas

- **Descrición:** Probas inspiradas no adestramento e xogos romanos: tiro con arco, lanzamento adaptado, carreiras con obstáculos, etc.
- **Obxectivos:** Divertirse e descubrir como xogaban e adestraban na antigüidade.
- **Idades:** Adaptable a todos os niveis educativos.
- **Duración:** 1 hora.



7/ Supervivencia

- **Descrición:** Obradoiros prácticos de vivac, potabilización de auga, orientación polo sol e as estrelas, ou elaboración de nós.
- **Obxectivos:** Desenvolver habilidades básicas de supervivencia e autonomía.
- **Idades:** Adaptable a Educación Primaria e Secundaria.
- **Duración:** 1 hora.

8/ Escape Room

- **Descrición:** As persoas participantes deberán resolver un misterio ambientado na época romana, superando diferentes probas e enigmas.
- **Obxectivos:** Fomentar o traballo en equipo, o pensamento crítico e a resolución de problemas.
- **Idades:** Adaptable a Educación Primaria e Secundaria.
- **Duración:** 1 hora.



9/ Un día no río

- **Descrición:** Unha xornada para gozar da contorna fluvial a través do baño, o xogo e diferentes propostas de lecer ao aire libre.
- **Obxectivos:** Gozar de forma activa e respectuosa dos espazos naturais; fomentar a actividade física, a convivencia e o coñecemento da contorna.
- **Idades:** Adaptable a Educación Primaria e Secundaria.
- **Duración:** 3 horas e media.
- Só para **estadías de varios días**.



10/ Desafío acuático

- **Descrición:** Xincana acuática con xogos de distensión e probas na piscina.
- **Obxectivos:** Fomentar a cooperación e a convivencia
 - **Idades:** Adaptable a todos os niveis educativos.
 - **Duración:** 1 ou 2 horas.
- Só se o tempo o permite, sendo **obrigatorio o uso de gorro de piscina**.



11/ Festa da espuma

- Só se o tempo o permite.
- **Idades:** Adaptable a todos os niveis educativos.
- **Duración:** 1 hora.



Descobre o Courel!

Algúns dos lugares máis interesantes da contorna atópanse a poucos quilómetros do Xeocámping. **Estas propostas están pensadas para complementar excursións de día completo ou estadias de varios días.** Se o grupo dispón de autocar, podemos incorporalas ao programa, ben durante a estancia ou aproveitando o traxecto de chegada ou regreso.

12/ O ouro de Roma: Margaride de Lor

→ **Descrición:** Descubriremos a pegada que deixou a minaría romana no territorio, a través dunha visita ás antigas minas de Margaride e dun xogo interpretativo.

→ **Idades:** Recomendada para Educación Primaria e Secundaria.

→ **Duración:** 1 hora.



13/ Entre pozas e fervenzas



→ **Descrición:** Tras unha andaina, descubriremos un dos espazos fluviais máis singulares da contorna, onde poderemos coñecer a paisaxe, contemplar unha fervenza e, cando as condicións o permitan, gozar dun baño nas pozas naturais.

→ **Idades:** Recomendado para Educación Secundaria.

→ **Duración:** 3 horas e media.

→ A actividade poderá desenvolverse en **Soldón, Pombar ou A Pedriña**, escollendo o lugar máis axeitado segundo o grupo e as condicións do momento.



→ Ademais das propostas principais, ofrecemos **xogos de distensión e ximcanas, dinámicas grupais e deportivas, así como veladas nocturnas con temáticas variadas**, sempre nun ambiente participativo, divertido e seguro.

→ Falaremos con cada centro educativo para adaptar a excursión ás vosas necesidades e intereses, creando **unha experiencia personalizada**. Poderedes escoller as actividades que máis vos gusten para deseñar o voso propio campamento, combinando aventura, natureza e aprendizaxe ao voso gusto.

→ As actividades están dispoñibles **desde o luns 6 de abril** (despois de Semana Santa) **ata o venres 19 de xuño de 2026**, coincidindo co período lectivo do terceiro trimestre escolar.





ORZAMENTO E +INFO



Como organizar a vosa experiencia?

Se algunha das nosas propostas vos resulta de interese, **podedes contactar con nós para deseñar a experiencia que mellor se adapte ao voso grupo**. Axudarémosvos a combinar as actividades que máis vos gusten, adaptando o programa ás necesidades do centro e ao número de participantes.

Na seguinte táboa podedes **consultar os prezos orientativos** segundo o tipo de actividade e o número de participantes. A partir desta base, elaboraremos un **orzamento personalizado**, co detalle das actividades, a planificación e os servizos incluídos.

O noso propósito é que cada saída escolar se converta nunha **vivencia educativa, divertida e memorable**, onde o alumnado aprenda, comparta e disfrute da natureza do Courel dun xeito especial.



A nosa entidade **conta con todos os recursos materiais necesarios para o correcto desenvolvemento das actividades programadas**, garantindo así unha experiencia segura, completa e adaptada ás necesidades da rapazada.

Ademais, dispoñemos dun **equipo educativo cualificado**, con titulacións oficiais e ampla experiencia na xestión de actividades de lecer educativo e tempo libre.



EXCURSIÓN DE MEDIO DÍA

Grupo de entre 15 e 29 persoas	25€/persoa
Grupo de entre 30 e 49 persoas	20€/persoa
Grupo de entre 50 e 79 persoas	15€/persoa

EXCURSIÓN DE DÍA COMPLETO

Grupo de entre 15 e 29 persoas	30€/persoa
Grupo de entre 30 e 49 persoas	25€/persoa
Grupo de entre 50 e 79 persoas	20€/persoa

CAMPAMENTO CON PERNOITA

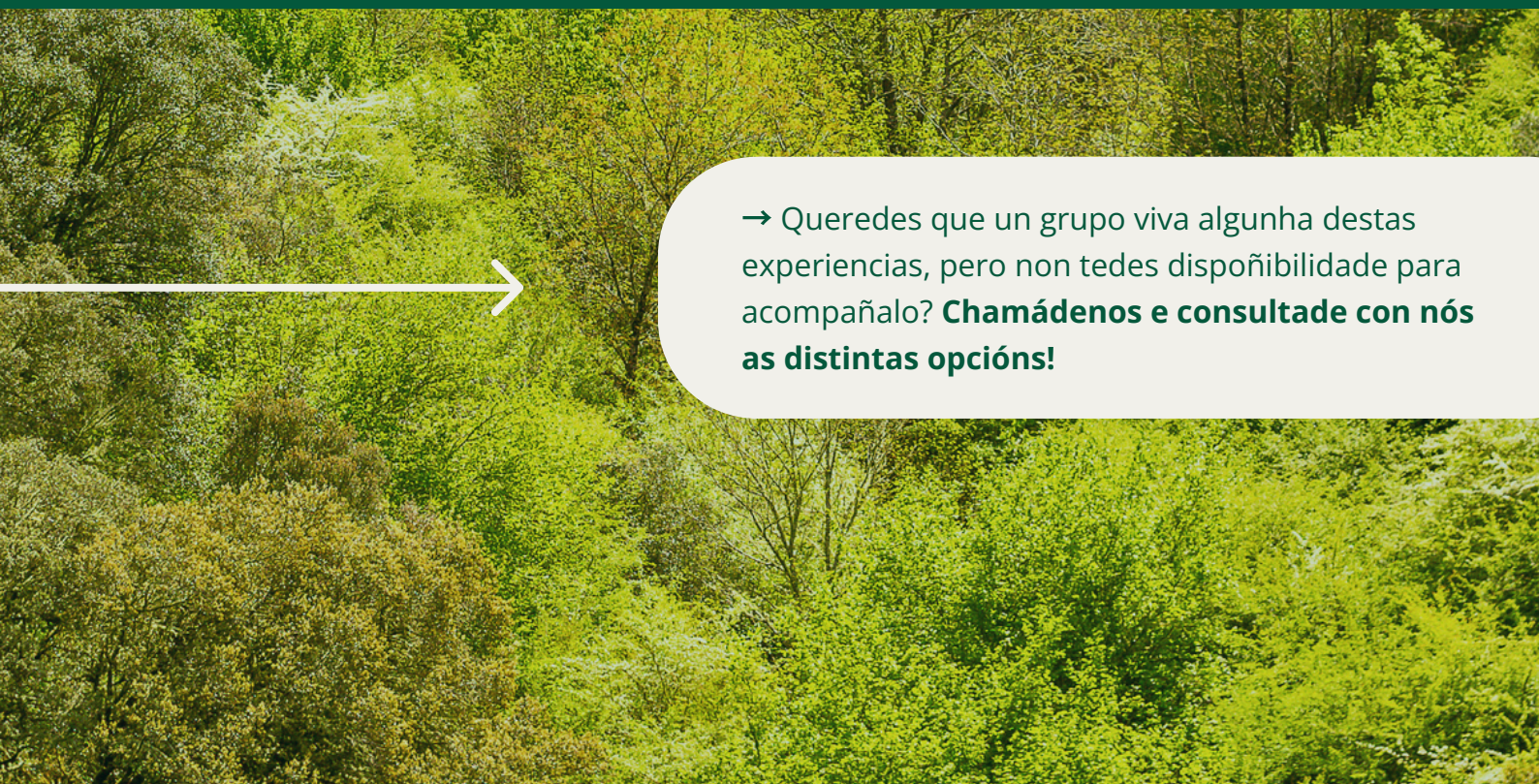
(Grupos de entre 16 e 50 persoas durmindo en tenda)

2 días (unha noite)	125€/persoa
3 días (dúas noites)	180€/persoa
4 días (tres noites)	235€/persoa



→ **Información de interese:**

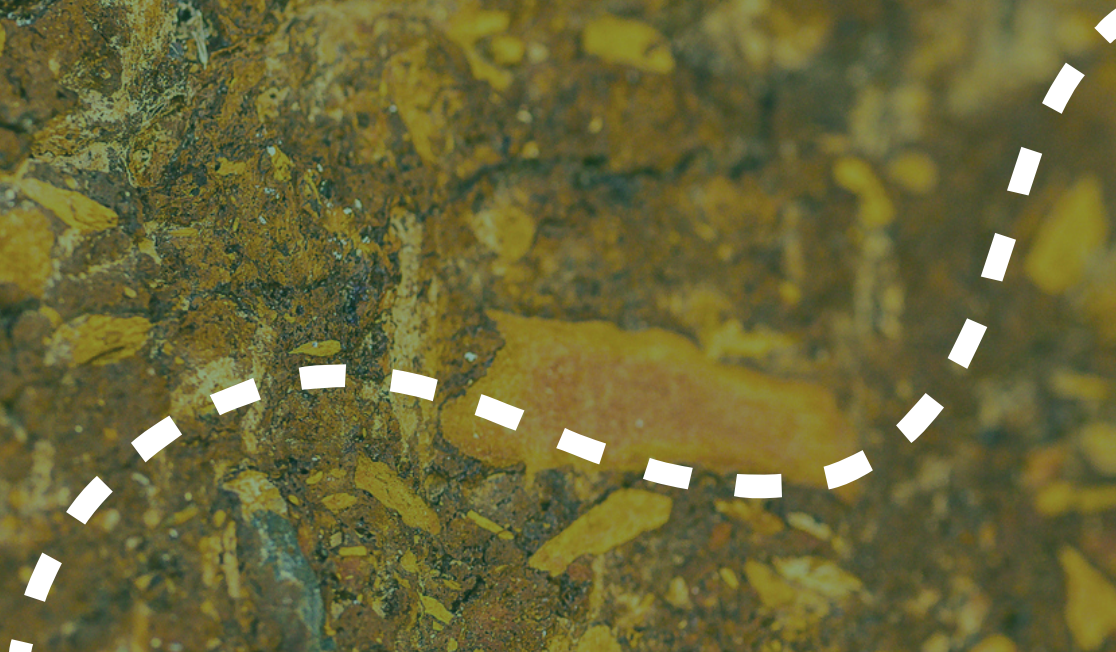
- Ata 3 acompañantes adultos **de balde** por grupo.
- Nos campamentos *Aventura no Courel* **inclúese a manutención**, desde o xantar do primeiro día ata o xantar do último día, así como froita de media mañá e merenda.
- Nas excursións *Gallaecia Romana* **non se inclúe a manutención**. Ofrécese **servizo de cátering** para xantar, a demanda, cun suplemento no prezo.
- O orzamento **non inclúe desprazamentos**. Se precisades que nós contratemos o **servizo de autobús**, podedes solicitárnolo!
- **O pago realizarase por adiantado**, 15 días antes da actividade.



→ Queredes que un grupo viva algunha destas experiencias, pero non tedes dispoñibilidade para acompañalo? **Chamádenos e consultade con nós as distintas opcións!**



FORMAS DE FINANCIAMENTO



Axudámosche a financiar a excursión!

Sabemos que o custo pode ser un condicionante á hora de organizar unha saída escolar. Por iso, ofrecemos aos centros educativos **unha fórmula sinxela para contribuír a financiar a excursión mediante a venda de rifas.**

Desde Aventura facilitámosvos **os talonarios e os premios**, con diferentes formatos adaptados ao tamaño de cada grupo.



→ Premios dispoñibles:

- **Unha caixa de produtos do Courel e da Ribeira Sacra**, con mel e outros produtos gastronómicos, artesanía local e máis produtos da contorna.
- **Unha fin de semana no Xeocámping Montañas do Courel.**



Contacta connosco!



reservas@xeocamping.com



633 682 921 • 623 016 489



www.xeocamping.com

O Fondo Social Europeo Plus, a través da Confederación Empresarial Española da Economía Social (CEPES), en calidade de organismo intermedio do programa EFESO, cofinanciou con 120.744 euros ao proxecto “Aventeira 360: Un plan sostible para a consolidación” de Aventureira S. Coop. Galega que será desenvolto entre xaneiro de 2025 e decembro de 2027, e que está destinado ao crecemento, fortalecemento e consolidación da entidade mencionada.



**Cofinanciado por
la Unión Europea**

