

\\
**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 benvinda 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 dalgunhas 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.



05



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

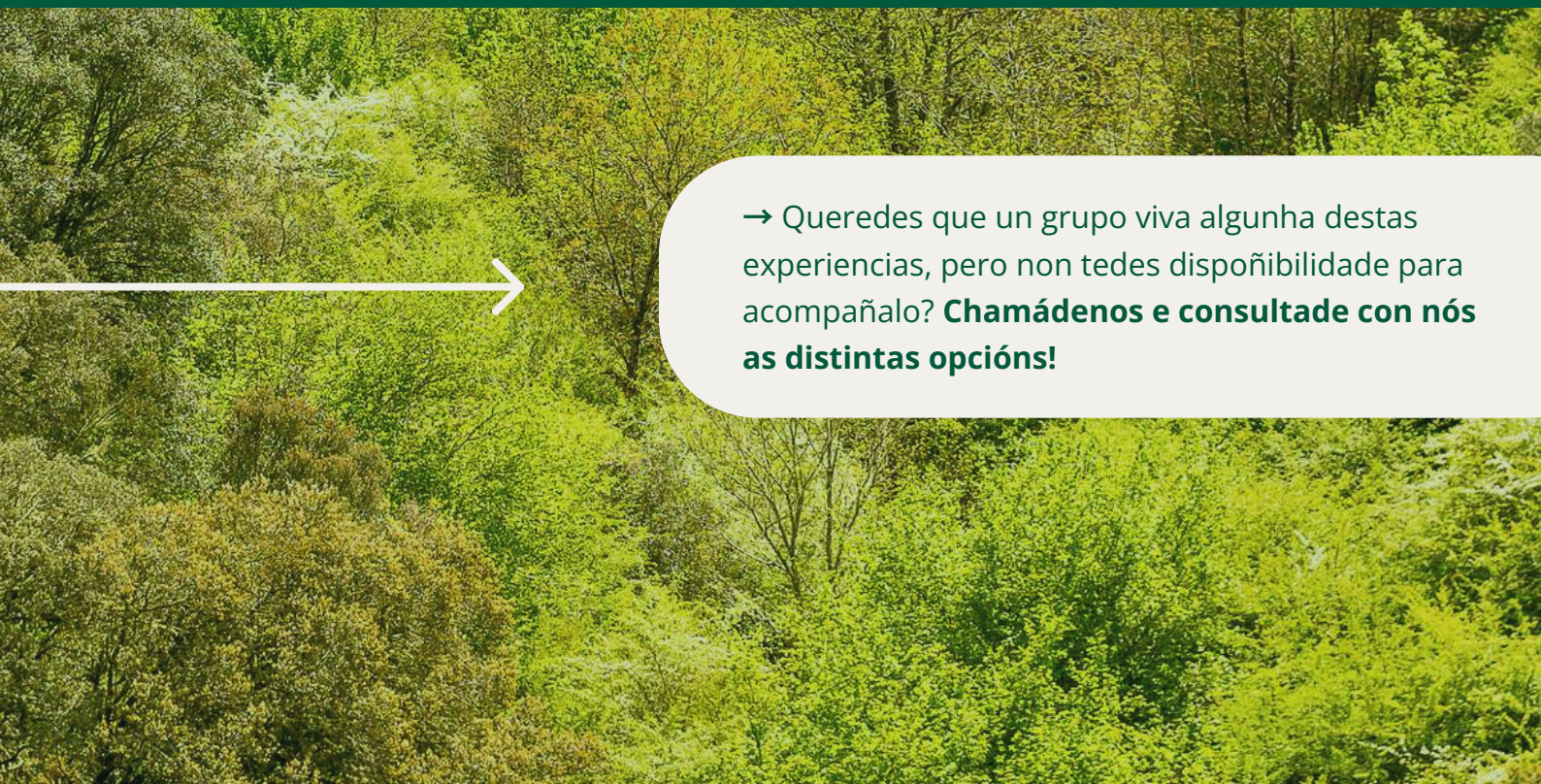
(Grupos de entre 16 e 50 persoas durmindo en tenda)

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**

