

2018-2019

AVENTURA EN LEKEITIO



Lekeitio - Bizkaia

Albergue Trinkete

www.urlekeitio.com/

www.ateri.net

Trinkete
etxea



mendexa
ABENTURA PARK



ateri
EGOITZAK ETA ATERPETXEA
RESIDENCIAS Y ALBERGUES

Albergue Trinkete



Tiene capacidad para **56** personas y habitaciones de **2, 4, 5, 6** y **7** plazas. Baños mixtos en los pisos. Accesible para personas con discapacidad que requiera silla de ruedas.

Lekeitio está en la costa este de la provincia de Bizkaia, en la comarca de Lea Artibai. Dado que está rodeado de un medio natural maravilloso y que tiene un estrecho vínculo con el mar, es un lugar idóneo para gozar del ocio y tiempo libre.

Lekeitio está a 55 kms. de
Bilbao A 22 de Gernika
A 72 de Donosti.

Dirección:
Eusebio M^a de
Azkue 5 48280
Lekeitio (Bizkaia)

Aventura en Lekeitio



El albergue **Trinkete** está en el centro del hermoso pueblo de Lekeitio. En él se ofrecen estancias con programa de actividades especialmente diseñadas para centros educativos, de entre **1 a 5** días de duración

- **Pesca.** Escuela de mar, el mundo de la pesca y su contexto; la técnica y el oficio; su influencia en la economía pasada y presente.
- **Historia.** Conocer nuestra historia y experimentarla, además de comprender la incidencia que el puerto ha tenido en Lekeitio.
- **Cultura, costumbres y euskera.** Conocerlos, practicarlos y disfrutar de ellos.
- **Aventura:** realizar actividades físico-lúdico-deportivas en el mar y montaña.

Objetivos

1. Comprender y cuidar la salud en todas sus dimensiones (biológicas, bionergéticas, emocionales, psicológicas, dietéticas e higiénicas), y además de eso conocer tanto técnicas de respiración y relajación como las medidas de seguridad necesarias para gozar de la vida.
2. Ampliar las posibilidades motoras y de salud cultivando la capacidad de autonomía y autosuperación
3. Trabajar a lo largo de la estancia actitudes adecuadas de cohesión grupal, integración y convivencia
4. Participar en actividades físicas, culturales y deportivas de bajo impacto ambiental, aprovechando las oportunidades que el medio nos proporciona.
5. Al participar en las actividades, hacerlo con respeto a la solidaridad grupal, anteponiendo la deportividad a la competitividad.
6. Ayudar a la conservación de la Naturaleza.



Plan de actividades ■ Programa de 2 días



PRIMER DÍA

- 9:15
- 10:30 Llegada a Mendexa Aventura Park. 2 horas aprox.
- 13:00 Entrada al albergue y ocupación de habitaciones.
- 13:30 Preparación comedor y comida
- 16:00 **Visita al faro**
- 17:30 **Merienda y tiempo libre**
- 20:00 Preparar el comedor
- 20:30 Cena

SEGUNDO DÍA

- Desaayuno
- Hacer la mochila
Actiividad Canoa y/o Big Sup.
Aprox. 2 horas.
- Preparar el comedor
- Comida
- 15:00 despedida



Según el tiempo que haga, el plan de actividades puede variar

Plan de actividades ■ Programa de 3 días

	PRIMER DÍA	SEGUNDO DÍA	TERCER DÍA
9:15		Desaayuno	Desaayuno
10:30	Llegada a Mendexa Aventura Park. 2 horas aprox.	Actividad Canoa y/o Big Sup. Aprox. 2 horas.	Actividad remo Isuntza Aprox. 2 horas.
13:00	Entrada al albergue y ocupación de habitaciones.	Preparación comedor	Preparación comedor
13:30	Preparación comedor y comida	Comida	Comida 15:00 despedida
16:00	Visita al faro		
17:30	Merienda y tiempo libre	Tarde libre con merienda	
18:00			
20:00	Preparar el comedor	Preparar el comedor	
20:30	Cena	Cena	



Según el tiempo que haga, el plan de actividades puede variar

Las actividades



Canoa



Mendexa Abentura



Faro



Remo



Big Sup

CONTACTO E INFORMACIÓN



Carretera Basurto Kastrexana 70
48002 Bilbao (Bizkaia)

Responsable: Fran Apecechea

Teléfonos: 944 029 099 / 665 728 908
Correo electrónico: fapecechea@ateri.net
Web: www.ateri.net