

INS La Sénia - Projecte “Les Curses de Muntanya als Instituts de les Terres de l’Ebre” (CMITE)

Estada al Delta de l’Ebre – Programa d’activitats

	Dimarts 17	Dimecres 18	Dijous 19	Divendres 20
MATÍ	8:00 Sortida de La Sénia 9:00 Arribada Alberg Deltebre 9:30 Geocatching amb alumnes Deltebre 14:30 Finalitza activitat. Dinar de pícnic (el portem de casa)	7:15 Esmorzar 8:00 Institut. Activitats Física, Mates i Taller Premsa amb alumnes Deltebre 11:00 Descans 11:30 Continuen activitats 14:30 Finalitza activitat. Dinar a l'alberg	7:15 Esmorzar 8:00 Alberg. Conferència d’Anna Belen Balagué “Curses per Muntanya: vivències i consells” 9:00 Alberg. Continuació activitats dimecres 11:00 Descans 11:30-13:30 Institut. Presentacions dels treballs fets amb alumnes Deltebre 14:00 Dinar a l'alberg	8:00 Esmorzar 9:00 Sortida en bici pel Delta (50 km aprox.) Dinar de pícnic
TARDA	Descans a l'alberg 17:00 Activitats esportives de grup	Descans a l'alberg 17:00 Activitats de resistència (BTT, córrer)	Descans a l'alberg 16:00 Kayak al riu. Anada i tornada en bici (6 Km)	17:00 Arribada a l'alberg 18:00 Tornada a La Sénia
NIT	20:30 Sopar Activitats de lleure a l'alberg	20:30 Sopar Observació astronòmica amb alumnes Deltebre	20:30 Sopar Activitats de lleure a l'alberg	