



ART CAMPUS FEGAN

II CAMPUS DE VERÁN
ORGANIZADO POLA FEDERACIÓN GALEGA DE NATACIÓN



Supera os teus límites e vive unha experiencia única este verán

NENOS E NENAS NADOS NO 2011-2012-2013-2014-2015

14-18 DE XULLO 2026

Piscina de CERVO





ART CAMPUS
FEGAN

ESPECIALIDAD	Natación Artística
CATEGORÍA	Nenos e nenas nacidos/as en 2011, 2012, 2013, 2014 e 2015
LUGAR	Piscina de Cervo, Lugo
DATA	Do martes 14 ao sábado 18 de xullo de 2026
EQUIPO TÉCNICO	Sandra Montes, Juan David Hernández, Candela Fidalgo

Unha experiencia de aprendizaxe, convivencia e mellora deportiva para seguir
crescendo na natación artística

OBXETIVOS E DESCRIPCIÓN DA ACTIVIDADE

É unha experiencia emocionante e inesquecible deseñada para mozos deportistas que desexan mellorar as súas habilidades tanto dentro como fora da auga e que queiran coñecer e traballar con algúns dos mellores deportistas e técnicos da nosa natación. Durante o campus, haberá actividades de convivencia, aprendizaxe e adestramento con nadadores e adestradores de elite.

O CAMPUS FEGAN está dirixido por profesionais no ámbito da Natación Artística, cos cales, os rapaces/as realizarán actividades que potencien as súas aprendizaxes como deportistas creando neles hábitos deportivos perdurables.

Deportistas de elite axudarán e motivarán a alcanzar o seguinte nivel!.

O CAMPUS FEGAN inclúe diferentes actividades de ensino, adestramento, formación, diversión e cohesión durante 4 días onde nadadores/as compartirán vivencias, acompañados de os referentes do seu deporte.

En resumo:

- . Mellorar a técnica acelerada
- . Traballo en equipo
- . Preparación física específica
- . Valores e convivencia

A QUEN VAI DIRIXIDO?

O Campus está dirixido a nenos e nenas nados nos anos 2011, 2012, 2013, 2014 e 2015 que practiquen natación artística ou que teñan interese en mellorar as súas capacidades dentro desta modalidade deportiva.

PERFIL DO PARTICIPANTE

- Deportistas en etapa de formación que queiran mellorar a súa técnica e aprender novos recursos tácticos.
- Nenos e nenas que desexen compartir adestramentos con deportistas doutros clubs
- Participantes motivados por vivir unha experiencia deportiva emocionante.

CORPO TÉCNICO

As sesións estarán dirixidas por un equipo técnico especializado, responsable de deseñar, coordinar e supervisar os adestramentos, adaptando os contidos á idade, nivel e evolución do grupo.

SANDRA MONTES

Adestradora superior de Natación Artística
Directora Técnica da Fegan

CANDELA FIDALGO

Nadadora con traxectoria Internacional
Graduada en Kinesiología por Texas
Woman's University

CONTIDOS DO CAMPUS

Ao longo do Campus traballaranse bloques de contidos relacionados coa mellora técnica, física e formativa dos participantes.

MELLORA TÉCNICA ACELERADA

- . Figuras e posicións
- . Altura e potencia na auga
- . Sincronización
- . Flexibilidade e mobilidade
- . Técnica de remadas e propulsión
- . Expresión corporal e musicalidade

TRABALLO EN EQUIPO

- . Disciplina
- . Comunicación
- . Compañeirismo
- . Xestión do esforzo
- . Responsabilidade

PREPARACIÓN FÍSICA ESPECÍFICA

- Traballo na auga
- Danza
- Ximnasia
- Preparación física
- Core e prevención de lesións

VALORES E CONVIVENCIA

- Traballo en equipo
- Respecto a compañeiros/as, adestradores/as
- Hábitos de autonomía
- Responsabilidade privada
- Esforzo e compromiso

INCRICIÓNS

PRAZAS	32
PREZO TOTAL	360 €
PREINSCRIPCIÓN	50€ + formulario a ingresar antes do 20 de xuño de 2026 *
MATRÍCULA	310 € a ingresar antes do 30 de xuño 2026*
RÉGIMEN	Pensión Completa (Hostal Buenavista, San Ciprián)
FORMA DE PAGO	Transferencia bancaria
NÚMERO CONTA	ABANCA: ES10 2080 3529 6430 4002 8643
AUTORIZACIÓN	Folla de autorización asinada por pai, mai ou titor
CONTACTO	comunicacion@fegan.org

FORMULARIO PREINSCRIPCIÓN

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSe_3dYtpqSH-sxSvPK-dl223cMJ7u0C55xdUTXgllx_hAx2unQ/viewform?usp=publish-editor

** Non reembolsable salvo que non se organice o campus.
Especificar nome do deportista e campus ART*

- Enviar folla cuberta con copia de ingreso de pago á Federación Galega de Natación a comunicacion@fegan.org (Especificar nome da deportista e campus ART).
- Unha vez finalizado o prazo de preinscripción comunicaremos por mail os admitidos/as no campus e poderase facer a inscrición e pago completo da actividade antes do 30 de xuño.

Inscrición:

- Enviar copia de ingreso de pago á Federación Galega de Natación a comunicacion@fegan.org (Especificar nome da deportista e campus ART).
- Enviar a folla de inscrición e autorización cuberta e asinada antes do 30 de xuño

MATERIAL

RECOMENDABLE

- . Bañador negro
- . Bañador de competición (algún do club que xa usara en competición)
- . Gorro negro
- . Gorro branco
- . Esterilla (se teñen)
- . Botella rellenable
- . Gomas (theraband e tubing en caso de ter as dúas)
- . Camiseta branca
- . Manoplas (se se teñen)
- . Toalla
- . Chanclas
- . Roupa deportiva cómoda
- . Material de hixiene privado
- . Protector solar
- . Chuvasquero
- . Gorra

