

Actividad Extraescolar "Escuela de Esquí y/o Snowboard 2023" 3ºESO IES Fernando Savater

Puede consultar toda la Información del viaje en efsavater.com

Lugar: Hotel 3*** Sierra Nevada (por determinar).

Salida: Miércoles 8 Marzo hora por determinar (5:45 am?), desde IES Fernando Savater.

Llegada: Viernes 10 Marzo sobre las 21:00, IES Fernando Savater. Podría adelantarse el viaje al 15-16-17 de Febrero por razones de plazas hoteleras.

Ejemplo jornada tipo:

- 8:30 Desayuno en el hotel.
- 9:30 Salida con monitores hacia telecabinas
- 10:00-13:00 Clases de esquí con monitores titulados.
- 14:00 Almuerzo en pista (Picnic).
- 15:00-17:00 Segunda parte clases con monitores.
- 17:30-20:30 Descanso y actividades culturales.
- 21:00 Cena.

El Curso incluye:

- Transporte en autobús.
- Actividades en la nieve: trineos, raquetas...
- Alojamiento en régimen de pensión completa.
- Material de esquí o snowboard. Snowboard, grupo mínimo 10.
- 10 horas de clases con monitores.
- Monitores, educadores 24h.
- Forfait.
- Seguro accidente en pista Cetursa.

***Precio:** con bus = 320 euros aprox Grupo 60_70 alumnos máximo. Snowboard Mínimo de 10 personas.

Importante: Reserva del viaje (100) antes del Jueves 3 de Noviembre . El resto 2 semanas antes de la fecha del viaje.

Nº CUENTA RESERVA BBVA
ES95 0182 3235 6302 0160 6828

****Muy Importante:** Especificar en CONCEPTO: Viaje SIERRA NEVADA IES FERNANDO SAVATER , NOMBRE y CURSO del alumno/a. (imprescindible para reconocer los pagos realizados).

Nota: En caso de que el alumno/a no vaya a poder ir al viaje no se devolverá el importe de la reserva (100 euros), solo se podrá si intercambia la plaza con otro alum@.

Material imprescindible:

- ❖ Gafas de sol
- ❖ Guantes de esquí
- ❖ Pantalón impermeable
- ❖ Material de aseo
- ❖ Protección solar +50.
- ❖ Ropa de abrigo
- ❖ Zapatillas deportivas.
- ❖ Ropa de recambio
- ❖ Tarjeta sanitaria.
- ❖ Bocado / comida primer día (almuerzo)

INFORMACIÓN VIAJE ESCUELA DE ESQUÍ Y SNOWBOARD 2023.

1. ¿Dónde vamos?

Sierra Nevada es un parque natural que forma parte del sistema penibético. Está considerado Reserva de la Biosfera, por lo tanto, debemos de actuar como en cualquier entorno natural, respetándolo y conservándolo.

La estación de esquí tiene una longitud de 86 Km con 82 pistas de todos los niveles, que nos van a permitir disfrutar de este deporte.

Nos encontramos en un entorno de bastante altura (1800-2000 mts), por lo tanto las condiciones son muy variables y hay que ir siempre preparados.

2. Material para esquiar (en pista)

Respetaremos la Norma de las tres capas:

- Anorak o capa impermeable que no debemos quitarnos porque nos protege contra caídas y del agua.
- Pantalón impermeable
- Forro polar o similar debajo de anorak
- Camiseta de manga larga
- Calcetines largos y ropa interior
- Guantes impermeables (nunca de lana ni polares)
- Gafas de sol o de ventisca
- Crema solar > de 20. Aplicar tres veces por lo menos.

Material después de esquiar

- Ropa de abrigo
- Zapatillas cómodas
- Pantalones
- Guantes
- Ropa interior etc...

Material de aseo (importante llevar toallas propias)

Recomendaciones de esquí (NUNCA ESQUIAR SOLOS)

- Quitarse piercing y pendientes.
- Llevar el pelo recogido
- Uñas de los pies cortas
- No llevar encima objetos que se puedan clavar.

