

SALIDA ESQUI DE FONDO EN SOMPORT

Disfruta de una jornada inolvidable, **el día 10 de Febrero con tres horas de cursillo**, aprendiendo esquí de fondo con unos objetivos claros:

- Desarrollar el equilibrio y la coordinación sobre los esquís.
- Enseñar la técnica de deslizamiento.
- Aprender y practicar técnicas básicas de frenada y giro de un modo seguro.
- Dar a conocer el entorno y sensibilizar medioambientalmente al alumnado.

La salida será sobre las 8:00 de la mañana desde la plaza de Movera y llegada sobre las 18:30.

Material recomendado para ese día:

Llevar camiseta térmica, mallas térmicas, botas, forro polar o un cortavientos. (Si llevan un mono de esquiar entero pasarán mucho calor).

Traer ropa de cambio, camiseta y pequeña toalla.

Mochila pequeña (para meter agua). En las pistas tienen mucha sed. Gafas de sol, guantes, gorro, crema de protección solar y cacao.

Bocadillos, fruta y agua.

PRECIO DE LA ACTIVIDAD 41 € (en caso de no fallar nadie)