



# "SEMANA BLANCA"

7 - 11 enero 2019

Jaca- Astún



# OBJETIVOS

- Iniciarse en el conocimiento y práctica del **esquí** alpino, el **snowboard** y las actividades en el medio natural.
- Conocer el equipo y **material** apropiado para la práctica del esquí alpino y el snowboard.
- Desarrollar la **condición física** a través y para la práctica de actividades en la naturaleza. Medidas de prevención de lesiones y actuación.
- Consolidar y fomentar aspectos relacionados con la **salud** previniendo **hábitos** nocivos (tabaco, alcohol, etc ...)
- Comprender y respetar los valores de **convivencia**.
- Colaborar en la conservación y mejora del **medio natural**.
- Conocer el **entorno y patrimonio** socio cultural.

# PROFESORES RESPONSABLES.

## ▶ **ROBERTO ARIAS.**

Dpto. Educación Física. Profesor/ Tutor 4º ESO.

## ▶ **ROCÍO SANTISTEBAN.**

Dpto. Lengua Castellana. Profesora/ Tutora 4º ESO

## ▶ **ESTHER DÍAZ.**

Dpto. Geografía e Historia. Profesora 4º ESO

## ▶ **HENAR GARCÍA.**

Dpto. Educación Física. Profesora 2º ESO/ 3º ESO

## ▶ **ANTONIO VERA.**

Dpto. Educación Física. Profesor 4º ESO.

Jefe Departamento Educación Física.

# AGENCIA

## COADECU.



# ¿Dónde y cuándo vamos?

❖ **LUGAR:** PIRINEO ARAGONÉS (VALLE DEL ARAGÓN).

❖ **FECHA:** 7 al 11 ENERO 2019.  
(De lunes a viernes).

❖ **ALOJAMIENTO:** HOTEL OROEL \*\*\*\* (JACA)  
Habitaciones por determinar.

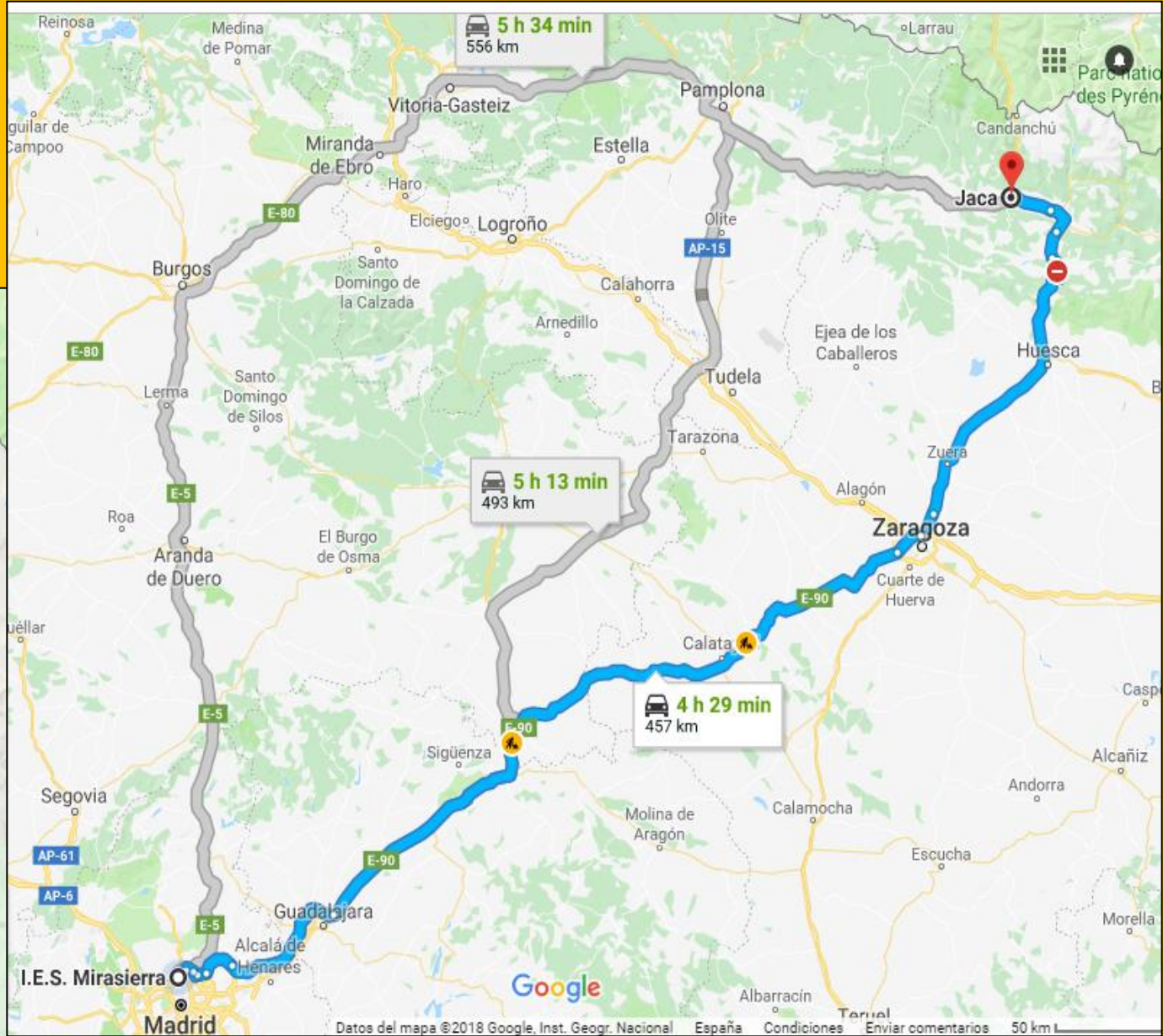
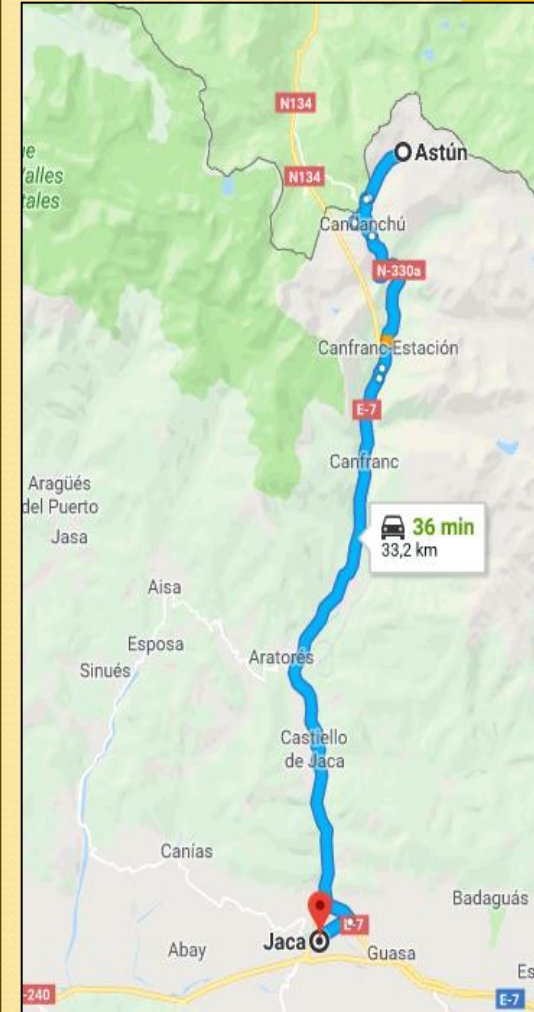
❖ **ESTACIÓN DE ESQUÍ:** ESTACIÓN ESQUÍ  
"ASTÚN".

*75 pistas con 50 kilómetros esquiables.*



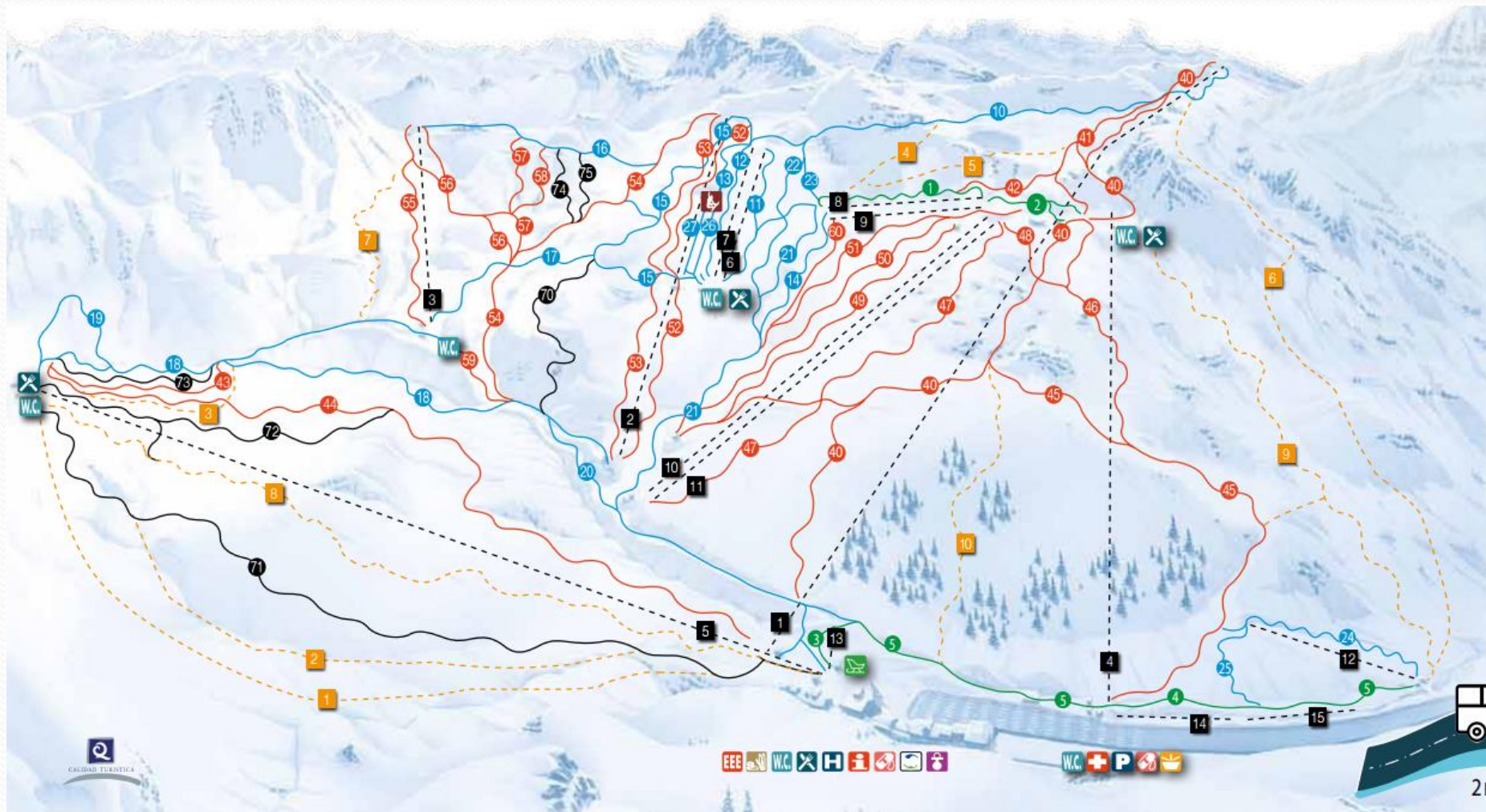
JACA





Datos del mapa ©2018 Google, Inst. Geogr. Nacional España Condiciones Enviar comentarios 50 km L

# MAPA DE PISTAS





# PRECIO: 425 EUROS.

## Suplemento Snow: +10 euros

En este precio se incluye:

- Talonario de **lotería** (100 papeletas, venta a 2 euros cada una).
- 4 noches en régimen de **media pensión** en el hotel (DESAYUNO Y CENA).
- 4 **almuerzos en restaurante en pistas** (comida caliente).
- 4 **forfaits** de martes a viernes en la estación de Astún.
- **5 horas clase** esquí con monitores Coadecu.
- Monitores Coadecu coordinando actividades 24h.
- **Actividades** complementarias.
- **Alquiler de material** (duro).
- **Seguro** de accidente y responsabilidad civil.
- **Transporte** en autocar (viaje y **traslados**.)
- Coche de apoyo.

# **EL PRECIO NO INCLUYE:**

- Gastos personales; compras, comida extra, etc...
- Posibles Actividades opcionales.
- Comida del primer día y último de viaje.

# FORMA DE PAGO

## FRACCIONADO

**Beneficiario: COADECU**

**IBAN CUENTA: ES21 2038 1104 0460 0116 1913**

**Concepto:**

**Mirasierra+ Nombre alumno/a + Apellido1 + Apellido 2.**

**Plazos de pago:**

1º: Hasta 26 noviembre 2018. **100 euros.**

*Entregar: justificante de primer pago y contrato de convivencia firmado.*

2º: Hasta 13 diciembre 2018. **Resto del importe.**

*Entregar: justificante de 2º pago y resto de documentación.*

# SUBVENCIÓN VIAJE

- Venta de PAPELETAS (facilitadas por la empresa Coadecu).
- Realización de camisetas, etc...¿?

# Un día de esquí ...

<b>ACTIVIDAD</b>	<b>HORA APROX.</b>
<i>Desayuno.</i>	8.00
<i>Llegada Pistas/ Calentamiento.</i>	9.30
<i>Clase esquí- snow/ Esquí con monitores.</i>	10.00 – 12.00
<i>Esquí con monitores/ Clase esquí- snow.</i>	12.00 – 13.00
<i>Comida en pistas.</i>	13.00 – 14.00
<i>Esquí con monitores/ Clase esquí- snow.</i>	14.00 – 16.30
<i>Llegada Hotel (cambio ropa).</i>	17.00 – 17.30
<i>Estiramientos/ recuperación.</i>	17.30 – 18.00
<i>Actividad Tarde (dinámicas grupales, presentaciones etc...) .</i>	18.30 – 21.00
<i>Cena.</i>	21.10
<i>Actividad de noche (veladas).</i>	22:00
<i>Silencio y descanso en habitaciones.</i>	23:30

# NORMAS.

- Mantener una actitud positiva y respetuosa.
- Asumir y cumplir las normas y límites.
- Respetar los horarios establecidos
- Ser consecuente con los objetivos del viaje: alimentación, descanso, voluntad, disposición, etc....
- Queda prohibido el consumo de alcohol.
- Cada alumno es responsable del material que utilice así como del alojamiento.
- Habitaciones (separadas y no privadas).
- Los profesores acompañantes del Instituto actuarán como máximos responsables.
- Utilización de teléfonos móviles o dispositivos.
- Asumir las consecuencias del incumplimiento: regreso, no participación, etc..

# DEVOLUCIONES

La empresa Coadecu, receptora del importe correspondiente devolverá el precio pagado cuando existan:

- **CAUSAS DE FUERZA MAYOR** DEBIDAMENTE JUSTIFICADAS E INEVITABLES (enfermedad, accidentes, etc...).
- **NO** se devolverá el importe de la actividad en caso de **incumplimiento de las normas** de convivencia del Centro y del proyecto Semana Blanca, antes o durante la actividad.
- **NO** se devolverá en ningún caso en importe correspondiente al **pago del autobús.**
- El dinero obtenido de la venta de **papeletas** deberá ser reingresado a favor de Coadecu.



# POSIBLES SANCIONES

## ● Antes del viaje:

- ✓ Acumulación de partes de amonestación hasta la fecha de salida del viaje (Faltas graves).
- ✓ Decisión junta profesores/ equipo directivo (los resultados académicos no implican).

*Firma del contrato convivencia padre/madre y alumno.*

## ● Durante el viaje:

- ✓ En caso de incumplimiento del contrato podría suponer hasta vuelta a Madrid (costes a cargo de la familia) o limitación en la participación de actividades.





# MATERIAL IMPRESCINDIBLE

- Pantalón nieve.
- Chaqueta nieve.
- Guantes, Gorro, bufanda o braga.
- Crema solar.
- Calcetines gruesos y altos.
- Gafas ventisca / gafas sol.
- Bañador.
- Ropa deportiva para bajas temperaturas.
- Fotocopia Tarjeta Sanitaria.
- Comida para el viaje del primer día y dinero para cena de regreso.

# Turno de ruegos y preguntas



*GRACIAS POR VUESTRA ATENCIÓN*

[educacionfisicaiesmirasierra@gmail.com](mailto:educacionfisicaiesmirasierra@gmail.com)