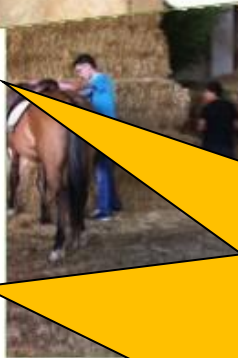


Primavera & Estiu
'19



VIATGE DE FINAL DE CURS DE 6è

COL. LABOREN



Escola **SINERA**
ARENYS DE MAR

EQUIP DE PROFESSIONALS



JORDI MAGALLÓN (09/06/1971)

Mestre Educació Física per la UAB, especialista en activitat física en el medi natural, vinculat als cavalls des de fa més de 15 anys, enamorat de la Cerdanya on resideix des de 1995 i on ha potenciat l'activitat educativa i eqüestre. Màster en hipologia per l'INEFC de Lleida, és actualment Director dels Programes



RAÜL CAVALLER (18/03/1977)

Llicenciat en CAFE per l'INEFC de BCN, especialista en activitat física al Medi Natural i TD1 d'Esquí Alpi. Ha creat múltiples programes per a nens, joves i adults amb esquís, motivat per les possibilitats de trobada de la natura, els altres i un mateix que es donen a la neu.



RAUL ALTAMIRANO (25/06/1988)

Nascut a València és un apassionat de totes les activitats que es duiguin a terme en un entorn natural, a l'aire lliure i en qualsevol època de l'any. Titulat en CAFEMN per l'IES Districte Marítim de Valencia, va decidir trasllar-se a viure a la Cerdanya per complir el somni de viure del que l'apassiona. És el coordinador del grups escolars, així com el responsable d'atenció directa amb els clients.



MARC ELMEUA (23/04/1990)

Llicenciat INEFC- Barcelona i Northumbria University of Newcastle (UK). Apassionat per l'activitat física, el seu estudi rigurós i la seva pràctica extrema, ha treballat a la University of Calgary- Human Performance Lab. com a Investigador adjunt. Ha estat professor principal del bloc d'antropometria en l'assignatura de Fisiologia de l'Exercici del gra de Ciències de l'Activitat Física i de l'Esport, Guardonat amb l'Incentiu de la Facultat per a la excel·lència en investigació.



ELIA SICÍLIA (20/06/1985)

Llicenciada en CAFE per la Universitat de Barcelona i Tècnica Esportiu en Futbol Sala. Ha treballat com a professora, sent tutora d'escolars de primària i secundària. Inicia una nova etapa a la Cerdanya i s'incorpora a l'equip del Club Pyrene.



ALEXANDER SPECTOR (13/04/1981)

Després d'anys pujant i baixant muntanyes i de viatjar per mig món, va decidir convertir-se en guia d'activitats físicoesportives en el medi natural per tal de poder-se dedicar professionalment a les seves passions: la natura, l'esport i el contacte amb les persones.

EL CAMP BASE: CASA COLÒNIES CORTARIU

Colònies Cadi és molt més que una antiga casa de pagès adaptada com alberg, és un excel·lent centre d'integració mediambiental, es a dir, un lloc on ens podrem introduir en tot el món de la natura, la cultura i el lleure que la Cerdanya ofereix.

A una alçada de 1250 metres i a 200 metres per sobre de la plana cerdana, a la casa de Colònies Cadi de Cortariu podrem sentir-nos aïllats a la natura, envoltats de camps, boscos i prats, tot i saber que estem molt propers al poble de Pi i de Bellver de Cerdanya.

La casa de colònies Cadi és l'alberg de Cortariu, un espai pensat per acollir persones que volen fer estada d'un o més dies en aquest indret privilegiat.

A la casa de colònies s'hi pot menjar, dormir, tenir informació de l'entorn o fer activitats, sempre gaudint de la natura que dona la pau i la tranquil·litat per disfrutar d'un relax o per canviar del registre habitual.

A l'entorn de la casa procurem tenir instal·lacions que complementen les estades a la natura, com la piscina, la taula de ping-pong, les taules de pic-nic, la carpa protectora, la zona de jocs infantils, l'aula de natura, la



Anada	Tornada
<p>Dimarts 28 de maig a les 9:00 h davant de l'escola.</p> <ul style="list-style-type: none">• Porteu esmorzar i dinar.• En una motxilla petita porteu el banyador, una tovallola, xancles i roba de recanvi.• Arribada a la Seu d'Urgell cap al migdia.• A primera hora de la tarda començarà la primera activitat: Ràfting i Piragüisme.	<p>Divendres 31 de maig a les 18.00 h aproximadament davant de l'escola. (Es confirmarà via telefònica a l'escola el mateix dia de la tornada).</p>
Lloc d'allotjament	
<p>– Casa de Colònies Cortariu (Pi, Bellver de Cerdanya, la Cerdanya) http://www.aulanatura.org/?page_id=8 http://www.lleureiaventura.com/cortariu.pdf</p>	
Per estar ben informats	
<p>- Telèfon de l'escola Sinera: 93 792 09 84 http://agora.xtec.cat/escolasinera/ - Drive dels alumnes.</p>	



QUÈ HEM DE PORTAR ?

- Roba interior: una muda per cada dia (alguna més de recanvi).
- 2 Bosses de plàstic per deixar la roba bruta.
- Necesser: tovallola de dutxa, estris d'higiene personal (pinta, pasta i raspall de dents, gel, sabó,...).
- Sac de dormir i funda del coixí.
- Pijama.
- Mudes de roba esportiva: jerseis, samarretes, pantalons i mitjons.
- Algun jersei gruixut per si fa fred.
- Jaqueta.
- Calçat esportiu (2 parells).
- Llanterna i piles de recanvi (si pot ser frontal).
- Cantimplora.
- Cangur, paravents, impermeable ...
- Banyador, xanquetes i tovallola.
- Gorra i crema solar.
- Han de portar una motxilla petita amb l'esmorzar i el dinar del primer dia, banyador, tovallola de platja i roba de recanvi. Aquesta motxilla també servirà per a altres activitats.
- Si voleu podeu portar jocs magnètics o de taula de tamany petit, pales i pilotes de ping-pong per les estones lliures.
- Tenint en compte que els nens/es tenen totes les despeses pagades, seria recomanable que no portessin més de 20 euros.

• ***Important: Està prohibit portar aparells electrònics (MP3, telèfons mòbils, consoles...) ni càmeres de fotos. Els mestres ja s'encarregaran de fer un bon reportatge !!***

Recordeu:

- Si el vostre fill/a és al·lèrgic o presenta qualsevol contraindicació a algun medicament, menjar, etc. cal que ens ho especifiqueu per escrit.
- Si pren algun medicament, l'haurà de donar al mestre/a, juntament amb les indicacions per prendre'l i la corresponent autorització perquè el mestre/a li pugui administrar.
- Autoritzeu a traslladar el vostre fill/a en el vehicle privat destinat a l'ús d'emergències, amb les mesures de seguretat pertinents.
- Comuniqueu al mestre/a qualsevol tipus d'observació que creieu pugui ser necessària durant l'estada del vostre fill/a.

Observacions:

Jo..... amb DNI
autoritzo a l'equip docent a poder medicar i a poder traslladar en vehicle privat el meu fill /atot guiant-se pels criteris facultatius en el cas que sigui necessari.

Signatura pare/mare o tutor/a


Normativa del viatge de final de curs dels alumnes de 6è curs 2018-2019

Esperem dels i les alumnes de 6è que fan el viatge de final de curs a la Cerdanya els següents compromisos :

1. Compliment dels horaris establerts pels mestres.
2. No menjar ni beure dins l'autocar.
3. Respectar les normes de la casa de colònies.
4. Respectar l'hora de silenci establerta pels mestres. A partir d'una determinada hora tothom haurà de ser a la seva habitació.
5. Davant de qualsevol problema, sempre consultar amb els mestres.
6. Bon comportament en totes les activitats previstes.
7. No causar desperfectes en les instal·lacions, mobiliari i/o objectes de la casa de colònies.

En el cas que algun alumne incompleixi la normativa, els mestres tindran la potestat de decidir el seu retorn a Arenys abans de la data prevista.

En aquest cas s'avisarà als pares/tutors perquè es facin càrrec del retorn del seu fill/a venint-lo a buscar.



Jo,..... amb DNI
autoritzo el meu fill/ a a anar de viatge de final de curs a la Cerdanya del 28 al 31 de maig de 2019 . Estic assabentat/ada de la normativa específica del viatge de final de curs 2018/2019 de l'Escola Sinera i em comprometo a assumir la responsabilitat del meu fill/a en cas que incompleixi la normativa.

Signatura

PROGRAMA D'ACTIVITATS ESCOLA SINERA 28 al 31 de maig 2019

	DIMARTS 28/5 / 2019	DIMECRES 29/5/ 2019	DIJOUS 30/5 / 2019	DIVENDRES 31/5 / 2019
MATÍ	9h Sortida d'Arenys i arribada al Parc del Segre a la Seu d'Urgell on dinarem	8 h a 9 h Esmorzar 9 h – 9:30 Preparació per a l'activitat assignada		
		G 1 Itinerari de Natura G2 BTT	G 1 BTT G 2 Itinerari de Natura	Equitació
14 h – 15 h DINAR 15 h a les 15:45 DESCANS I TEMPS LLIURE				
TARDA	Ràfting i Piragüisme al Parc del Segre Arribada a Cortariu	Taller i espectacle de malabars	Visita a Puigcerdà (berenar a Puigcerdà inclòs)	18h Aprox Arribada a Arenys
20 : 30 h – 21: 30 h SOPAR 21: 30 h – 22 H DESCANS I TEMPS LLIURE				
NIT	22h – 23 h Joc de nit 23h A dormir...	22h – 23 h Joc de nit 23h A dormir...	22H – 24H DISCO & FESTA	

El programa inclou:

- 4 dies d'activitats esportives.
- Lloguer dels equipaments, materials i serveis per dur a terme les activitats.
- Monitors especialistes a les activitats esportives
- 1 Coordinador vetllant pel bon funcionament del programa, les 24 hores amb el grup.
- 3 Pensions complertes a la casa de colònies de CORTARIU des del sopar del dia 5 al dinar del dia 8.
- Transport i berenar a Puigcerdà inclòs.



Escola SINERA

ARENYS DE MAR