

ESQUIADA CURS 2021/2022 Ir de batxillerat



ANDORRA

De l'11 al 14 de gener del 2022

PRESENTACIÓ

- **OBJECTIU:** Iniciar-se, millorar o perfeccionar la tècnica de l'esquí alpí o snow, gaudir de la natura i fer convivència.
- **RESPONSABLES DE L'ORGANITZACIÓ DEL VIATGE:** COORDINACIÓ BATXILLERAT (Ana Ros) i DEPARTAMENT D'EDUCACIÓ FÍSICA (Alfred Cuchi)
- **PROFESSORAT ACOMPANYANT:** Alfred Cuchi, Ana Ros, Jéssica Triviño, Cesc Alonso i Silvia Marchena .
- **NOMBRE D'ALUMNES :** 79 alumnes
- **ESTACIÓ D'ESQUI:** ARINSAL-PAL



PRESENTACIÓ DE L'ACTIVITAT

VIATGES SANT JULIÀ-TRAMUNTANA

00376-343478 ANDORRA.

ALLOTJAMENT:

Hotel Jaume I.

C/ Roureda de sansa, s/n (Andorra la Vella)

Tel .Hotel Telf. 00376- 820061

Tel. del centre: 626978529

HORARIS:

Anada l'11/01/2022 a les 6:15 h (des de l'aparcament de l'institut)

Tornada el 14/01 a partir de les 20:00 h (aparcament de l'institut)



TIPUS DE PROGRAMA: Esquí 4 dies /3 nits

INCLÒS AL PREU:

- 3 NITS D'HOTEL ½ PENSIÓ.
- 4 FORFAITS D'ESQUÍ.
- 4 DINARS A PEU DE PISTES (SELF-SERVICE).
- 4 DIES DE CURSET D'ESQUI (3 HORES DE CLASSE AL DIA)
- 4 DIES DE LLOGUER DE MATERIAL D'ESQUÍ A PEU DE PISTES.
- ASSEGURANÇA (ACCIDENTS I ASSISTÈNCIA MALALTIA)
- SERVEI DE GUIES
- SERVEI DE SORTEIG GRATUÏT.TALONARIS I PREMIS
- 4 DIES DE LLOGUER DE CASC SERVEI DE TRANSPORT

INFORMACIÓ PRIMER DIA

- **SORTIDA** A LES **6:15h** DES DEL PÀRQUING DE L'INSTITUT.
- **MATERIAL:** PORTARAN POSAT L'EQUIPAMENT D'ESQUÍ I UNA MOTXILLA AMB ELS GUANTS, ULLERES, PROTECCIÓ SOLAR, DOCUMENTS DNI, PASSAPORT COVID I DINERS. NO ES PODRÀ AGAFAR RES DEL MALETER DE L'AUTOCAR DURANT EL VIATGE FINS ARRIBAR A L'HOTEL.
- **ESMORZAR** SOBRE LES 8h AL TÚNEL DEL CADÍ (CAL PORTAR L'ESMORZAR O COMPRAR-LO A LA CAFETERIA)
- ABANS D'ARRIBAR A LA FRONTERA, ACONSELLEM DESACTIVAR LES DADES DEL **TELÈFON**.
- A L'**ARRIBADA A L'ESTACIÓ** AGAFAREM LA MOTXILLA I ANIREM A LA BOTIGA PERQUÈ ENS DONIN LES BOTES, ELS ESQUÍS, PALS I TAULES SNOWS. ENS REBRÀ L'EVA I JOSEP MARIA, RESPONSABLES DE L'AGÈNCIA.
- **DINAR** A LES 14H. ÉS OBLIGATORI ASSISTIR A L'ESMORZAR, DINAR I SOPAR.

PROPOSTA DE PROGRAMA

DIMARTS 11	DIMECRES 12	DIJOUS 13	DIVENDRES 14
6:15h. SORTIDA DE L'INSTITUT AMB 2 AUTOCARS	8:15h: ESMORZAR	8:15h: ESMORZAR	9:15h. SORTIDA DE L'HOTEL, CARREGAR MALETES AUTOCAR I SORTIDA CAP A PISTES
8:30h: ESMORZAR TUNEL CADI	9:15h. SORTIDA HOTEL CAP A PISTES	9:15h. SORTIDA HOTEL CAP A PISTES	
10h. ARRIBADA A PISTES.LLOGUER DE MATERIAL	10-12h. ESQUÍ LLIURE	10-12h. ESQUÍ LLIURE	10-12h. ESQUÍ LLIURE
12-14h. CLASSES D'ESQUÍ	12-14h. CLASSES D'ESQUÍ	12-14h. CLASSES D'ESQUÍ	12-14h. CLASSES D'ESQUÍ
14-15h. DINAR	14-15h. DINAR	14-15h. DINAR	14-15h. DINAR
15-16h. ESQUÍ LLIURE	15-16h. ESQUÍ LLIURE	15-16h. ESQUÍ LLIURE	15-16h. ESQUÍ LLIURE
16-17h. CLASSES D'ESQUÍ	16-17h. CLASSES D'ESQUÍ	16-17h. CLASSES D'ESQUÍ	16-17h. CLASSES D'ESQUÍ
17:30h. SORTIDA DE PISTES CAP A L'HOTEL JAUME I	17:30h. SORTIDA DE PISTES CAP A L'HOTEL JAUME I	17:30h. SORTIDA DE PISTES CAP A L'HOTEL JAUME I	17h. TORNAR MATERIAL LLOGUER
18:15h. HOTEL-LLIURE	18:15h. HOTEL-LLIURE	18:15h. HOTEL-LLIURE	17:30h. SORTIDA DE PISTES CAP A L'INSTITUT
21h: SOPAR	21h:SOPAR	21h: SOPAR	20h: ARRIBADA PÀRQUING LA PASSIÓ
24h: DORMIR	24h: DORMIR	24h: DORMIR	

PROPOSTA DE PROGRAMA

DIMARTS

6:15h: SORTIDA DE L'INSTITUT AMB AUTOCAR SERRAT DE 70 PLACES

8:15h: ESMORZAR TÚNEL DEL CADI

10h: ARRIBADA A PISTES I
LLOGUER DE MATERIAL

12-14h: CLASSES D'ESQUÍ

14:15h: DINAR

15-16h: ESQUÍ LLIURE

16-17h: CLASSES D'ESQUÍ

17:30h: SORTIDA DE PISTES CAP A L'HOTEL JAUME I

18:15-21h: LLIURE (HOTEL-CENTRE COMERCIAL ANDORRA LA VELLA)

21h: SOPAR/DORMIR



DIMECRES

8:15h: ESMORZAR

9:15h: SORTIDA DE L'HOTEL CAP A PISTES

10-12h: ESQUÍ LLIURE

12-14h: CLASSES D'ESQUÍ

14:15h: DINAR

15-16h: ESQUÍ LLIURE

16-17h: CLASSES D'ESQUÍ

17:30h: SORTIDA DE PISTES CAP A L'HOTEL JAUME I

18-21h: LLIURE (HOTEL-CENTRE COMERCIAL ANDORRA LA VELLA)

21h: SOPAR/DORMIR



DIJOUS

8:15h: ESMORZAR

9:15h: SORTIDA DE L'HOTEL CAP A PISTES

10-12h: ESQUÍ LLIURE

12-14h: CLASSES D'ESQUÍ

14:15h: DINAR

15-16h: ESQUÍ LLIURE

16-17h: CLASSES D'ESQUÍ

17:30h: SORTIDA DE PISTES CAP A L'HOTEL JAUME I

18-21h: LLIURE (HOTEL-CENTRE COMERCIAL ANDORRA LA VELLA)

21h: SOPAR/ DORMIR



DIVENDRES

9:15h: SORTIDA DE L'HOTEL,
CARREGAR MALETES AUTOCAR
I SORTIDA CAP A PISTES

10-12h:ESQUÍ LLIURE

12-14h: CLASSES D'ESQUÍ

14:15h: DINAR

15-16h: CLASSES D'ESQUÍ

16-17h:TORNAR MATERIAL LLOGUER

17:30h: SORTIDA DE PISTES CAP A L'INSTITUT

20h: ARRIBADA AL PÀRQUING DE L'INSTITUT.



COSES A TENIR EN COMPTE

CONSELLS D'EQUIPAMENT I D'ALTRES ASPECTES:

- **Ulleres de sol:** vidre qualificat per a reduir la radiació ultravioleta.
- **Guants:** per a protegir del fred, aigua i possibles lesions.
- **Protecció solar:** Nivell mínim 15. Cal posar-se-la mitja hora abans. També pels llavis.
- **Roba:** que protegeixi del fred, l'aigua i el vent. Les capes interiors han de ser transpirables i les exteriors aïllants. TÈRMICA+FORRO, POLAR+ANORAC
- **Medicació** (ibuprofè, paracetamol, termòmetre...)
- Informeu si teniu alguna **al·lèrgia alimentària o altres**.
- **Informeu de malalties importants: epilèpsia, diabètics, etc**

RECOMANACIONS

- Estigueu sempre atents a la bossa o motxilla i altres efectes personals durant el viatge i a l'estació.
- Porteu el DNI, els diners i el mòbil en un lloc discret i segur.
- Respecteu els horaris del grup, les recomanacions i les instruccions del professorat.
- No aneu mai sols per les pistes.
- Tingueu sempre un comportament cívic.



NORMES DE COMPORTAMENT

1. És obligatori assistir a totes les classes del curs. La NO ASSISTÈNCIA als cursos suposarà restar nota en funció de les hores de NO PRÀCTICA.
2. Els alumnes han d'anar per pistes que estiguin adaptades al seu nivell d'esquí.
3. És vital estar descansat i ben despert per fer l'activitat física en condicions i així allunyar el perill de lesions. Per això, cal dormir les hores programades i llevar-se quan toca, sense endarrerir tot el grup.
4. Els professors acompanyants són els responsables del viatge. Per tant, tot i que es pot tenir en compte l'opinió dels alumnes, són els professors qui, en última instància, han de prendre qualsevol decisió que garanteixi la bona marxa del viatge. Els alumnes participants es comprometen a respectar i complir amb aquestes decisions.
5. Queda expressament prohibit el consum de tabac mentre es realitzi qualsevol de les activitats programades o durant el descans a l'estació i a l'hotel. També es prohibeix el consum de begudes alcohòliques o altres substàncies durant la totalitat del viatge.
6. Si no es respecten aquestes condicions, ni les normes de convivència, el professorat podrà decidir la no participació en les classes d'esquí o altres mesures segons la gravetat.

PROTOCOLS COVID

PROTOCOL A ANDORRA:

<https://visitandorra.com/ca/covid-19-a-andorra/preguntes-frequeents-faq-si-vens-a-passar-uns-dies-a-andorra/>

PROTOCOL A LES PISTES PAL-ARINSAL:

<https://vallnordpalarinsal.com/covid-19/protocols-covid/>

PROTOCOL A SEGUIR SI ALGÚ DEL GRUP TÉ FEBRE:

- AVISAR L'AGÈNCIA I ASSEGURADORA PERQUÈ VINGUIN UNS SANITARIS
- AVISAR A DIRECCIÓ I LES FAMÍLIES
- AÏLLAMENT DE LA PERSONA I DE LES PERSONES DE L'HABITACIÓ FINS ELS RESULTATS DELS TESTS
- SI DONEN NEGATIU, PODEN CONTINUAR L'ACTIVITAT. ES VALORARÀ ENTRE TOTS SI LA PERSONA AMB FEBRE HA DE CONTINUAR O VENEN LA FAMÍLIA A BUSCAR-LO.
- SI HI HA POSITIUS, QUEDEN AÏLLATS FINS LA REPATRIACIÓ

DOCUMENTACIÓ

1. **Autorització de menors per sortir a l'estranger:**

- Fotocòpia del DNI vigent (o amb resguard de sol·licitud de renovació) o passaport de qui autoritza (pare/ mare / tutor legal)
- Fotocòpia del DNI vigent (o amb resguard de sol·licitud de renovació) o passaport del menor autoritzat
- Fotocòpia del llibre de família original i fotocòpia de les pàgines en les quals consten inscrits els pares i fills
- Un número de telèfon
- **Aquesta autorització cal que s'entregui al professorat responsable.**

Un cop el professorat responsable tingui tota la documentació (fotocòpies dels DNI i etc), ho portarà a les dependències de la Policia Local d'Esparreguera. Passada una setmana, el professorat responsable avisarà a les famílies per signar i recollir imprès (autorització de menors a viatjar a l'estranger) a les dependències de la Policia Local d'Esparreguera. Aquell dia serà necessari portar els documents originals (DNI pares i fill/a o llibre família) per a formalitzar l'autorització. Finalment, es lliurarà el document al professorat responsable.

DOCUMENTACIÓ

2. Cobertura sanitària a Andorra.

- Cal sol·licitar un document especial per a l'assistència sanitària a Andorra. Aquest us el tramitaran presentant la cartilla de la SS a qualsevol oficina de la Seguretat Social com, per exemple, la que podeu trobar a Martorell, a l'av. Mancomunitats Comarcals núm. 9, tel 937 751 969 i 937 752 091, on us atendran de dilluns a divendres de 9 a 14h.
- Si teniu mútua privada, cal informar-se de quines cobertures disposeu en el cas que s'hagi de fer un ingrés en un hospital d' Andorra.
- Caldrà lliurar al professorat responsable el document de cobertura sanitària o una còpia de la targeta de la mútua.

BONA ESQUIADA!

GRÀCIES PER LA VOSTRA ASSISTÈNCIA

