



INFORMACIÓN SOBRE O PROGRAMA ESQUIOU 2018 PROMOVIDO POLA DEPUTACIÓN DE OURENSE EN COLABORACIÓN CON OCA NOVA MANZANEDA

Con esta actividade preténdese achegar o esquí aos nenos e nenas da provincia de Ourense.

Para iso, o programa **ESQUIOU** ofrece un completo programa de actividades nas instalacións da **Estación de Montaña Manzaneda**, incluíndo aloxamento, pensión alimenticia, curso de esquí e outras actividades complementarias para nenos e nenas nados desde o 1 de xaneiro 2006 até o 31 de decembro de 2009 na provincia de Ourense.





DESCRICIÓN

Número de persoas: 735 nenos e nenas da provincia de Ourense, divididos en 7 quendas de 105 persoas por quenda.

Idades: nacidos desde o 1 de xaneiro 2006 até o 31 de decembro de 2009.

Duración: Dúas noites - tres días de luns a mércores, entrada con comida e saída con almorzo.

Quendas: Establécense as seguintes quendas, nas que se fai un reparto dos nenos e nenas por proximidade xeográfica para, dese xeito, conquistar grupos máis homoxéneos e nos que poden estar participantes que xa se coñecen previamente, facilitando a integración e a convivencia. No caso de non cubrirse todas as prazas nunha quenda e haber demandantes en espera doutras comarcas, iranse reasignando por rigurosa orde de inscrición.

| Quenda | Datas | Comarcas |
|--------|-----------------|-----------------------------------|
| 1 | Del 22 al 24/01 | Terra de Celanova-Baixa Limia |
| 2 | Del 29 al 31/01 | Allariz-Maceda-A Limia |
| 3 | Del 05 al 07/02 | O Ribeiro-O Carballiño |
| 4 | Del 12 al 14/02 | Ourense |
| 5 | Del 19 al 21/02 | Verín-Viana |
| 6 | Del 26 al 28/02 | Valdeorras |
| 7 | Del 05 al 07/03 | Terra de Caldelas-Terra de Trives |

Inscrición: **A INSCRICIÓN REALIZARASE ESTRITAMENTE MEDIANTE O SEGUINTE CORREO ELECTRÓNICO: esquiou@depourense.es ADXUNTADO FOTOCOPIA DO SEU DNI**

Prazo máximo de inscrición: Día 15 de xaneiro de 2018 as 14:00 horas

INSTALACIÓNS

A Estación de Montaña Manzaneda é a Estación de Esquí de Galicia. Dispón de 23 pistas de esquí alpino de diversa dificultade, homologadas, de esquí de fondo e Snow Park con diferentes módulos. 4 Telesquíis e 2 modernos Telesillas de catro e seis prazas, permiten desprazar a 7.600 esquiadores/hora.

Así mesmo dispón de Escola de Esquí, profesionais con ampla experiencia no ensino das diferentes modalidades e a titulación necesaria. Tamén dispón de aluguer de material de esquí totalmente renovado.



PROGRAMA

Luns

| | |
|---------------|---------------------------------------|
| 10:00 | Chegada e aloxamento |
| 11:30 | Recollida de material |
| 13:00 | Comida |
| 14:00 a 17:00 | Clases de Esquí |
| 16:00 a 17:00 | Clases de esquí |
| 18:00 a 20:00 | Grupo 1: Piscina Grupo 2: Pavillón |
| 20:30 | Cea |
| 21:30 a 23:30 | Disco |

Martes

| | |
|---------------|---------------------------------------|
| 9:15 | Almorzo |
| 11:00 a 13:00 | Clases de esquí |
| 13:30 | Comida |
| 15:00 a 16:00 | Clases de esquí |
| 16:30 | Entrega de material |
| 18:00 a 20:00 | Grupo 1: Pavillón Grupo 2: Piscina |
| 20:30 | Cea |
| 21:30 a 23:30 | Disco |

Mércores

| | |
|-------|---------------------------|
| 9:30 | Almorzo |
| 10:00 | Entrega de diplomas |
| 11:00 | Saída para as suas casas. |



Se as condicións climatolóxicas non foran favorables ou por seguridade en pistas, substituirase o programa de esquí pola oferta de Actividades de Montaña durante toda a xornada, segundo o seguinte programa alternativo:

Luns

| | |
|---------------|---|
| 10:00 a 13:00 | Chegada e reparto de habitacións |
| 13:30 | Comida |
| 16:00 a 17:30 | Grupo A: Multiaventura Grupo B: Tiro con arco Grupo C: Pelota canadiense Grupo D: Patinaxe ou Linguaxe de signos |
| 18:00 a 20:00 | Grupo 1: Piscina Grupo 2: Pavillón |
| 20:30 | Cea |
| 21:30 a 23:30 | Disco |

Martes

| | |
|---------------|---|
| 9:30 | Almorzo |
| 10:00 a 11:30 | Grupo A: Patinaxe ou Linguaxe de signos Grupo B: Multiaventura Grupo C: Tiro con arco Grupo D: Pelota canadiense |
| 11:30 a 13:00 | Grupo A: Pelota canadiense Grupo B: Patinaxe ou Linguaxe de signos Grupo C: Multiaventura Grupo D: Tiro con arco |
| 13:30 | Comida |
| 16:00 a 17:30 | Grupo A: Tiro con arco Grupo B: Pelota canadiense Grupo C: Patinaxe ou Linguaxe de signos Grupo D: Multiaventura |
| 18:00 a 20:00 | Grupo 1: Pavillón Grupo 2: Piscina |
| 20:30 | Cea |
| 21:30 a 23:30 | Disco |

Mércoles

| | |
|------|---------|
| 9:30 | Almorzo |
|------|---------|

PROGRAMA DE MENÚS

A Estación dispón de comedores e cociña propia atendida por profesionais e comedores de restaurante autorizados e inspeccionados periódicamente polos servizos sanitarios competentes. Os menús deseñados responden a valores dietético-nutricionais acordes ás idades e actividades desenroladas. Todos os traballadores dos servizos de restauración e hostelería posúen o carnet de manipulador de alimentos tal como esixe a normativa vixente.

Almorzos: Todos os almorzos componse de leite con Colacao ou infusión, acompañados de galletas, cereais e pan, incluíndo manteiga e marmelada.

Todos os menús componse dun primeiro e un segundo prato, e van acompañados de pan, auga mineral, e postres variados que inclúen (a elixir un) froita do tempo, iogur, flan, arroz con leite, natillas, etc. A cantidade estimada en cada un dos pratos, primeiros e segundos, de cada menú é de 250 gr. por persoa.

Debido á experiencia do noso departamento de Hostelería, dispoñemos de menús especiais para celíacos, alérxicos á lactosa e outras intolerancias alimenticias.



ALOXAMENTOS

O aloxamento proporcionarase no Albergue Bibei (distribución en literas), en función da composición do grupo, a Estación dispón de aloxamento nos Apartamentos Galicia para completar a oferta de aloxamento. Están equipados con roupa de cama, calefacción e auga quente. A distribución dos mesmos será a criterio da Estación.

Durante a estancia establécese unha revisión diaria dos aloxamentos. Recordamos que os aloxamentos non dispoñen de toallas de aseo e baño.

DATOS DE INTERESE

- A Estación dispón de enfermería e primeiros auxilios.
- A alimentación responde ao equilibrio necesario, sobre a base do exercizo desenrolado nas actividades.
- A Estación dispón de monitores cualificados para realizar as actividades descritas.
- Os participantes deberán contar coa roupa adecuada para a práctica do esquí: pantalóns, chaqueta ou cazadora e luvas impermeables, así como gafas de sol, protector solar e labial.
- A distribución dos aloxamentos farase segundo o criterio da Estación.
- Para acceder á piscina e ao Pavillón Deportivo é obrigatorio o uso de gorro de baño e zapatillas deportivas respectivamente.
- A cobertura do seguro de accidentes exténdese aos accidentes acaecidos durante o desenrolo das actividades con monitor.

Empresa autorizada pola Consellería de Cultura e Turismo para a organización de actividades de Turismo Activo, de acordo co artigo 2 do Decreto 116/1999 do 23/04.



Empresa certificada polo Instituto para a Calidade Turística Española conforme aos requisitos das Normas UNE ISO 21101:2015 y 21103:2015 - Turismo Activo





INSCRIPCIÓN E IMPORTE

O programa inclúe:

- Aloxamento durante dúas noites e pensión alimenticia en Autoservicio.
- Uso da piscina cuberta climatizada, e
- Curso de iniciación ao esquí
 - ✓ Clases impartidas polos monitores da Escola de Esquí e Snowboard.
 - ✓ Material deportivo (esquís, fixacións, botas e bastóns), e
 - ✓ Remontes (forfait do día)
- Transporte.
- Contratación do correspondente seguro de viaxe.
- Monitores acompañantes durante a viaxe.

- **A INSCRIPCIÓN REALIZARASE ESTRITAMENTE MEDIANTE O SEGUINTE CORREO ELECTRÓNICO: esquiou@depourense.es ADXUNTANDO FOTOCOPIA DO SEU DNI**
- Cada participante aboará unha cantidade de 29,00 €, xa que o resto do importe está subvencionado pola Deputación Provincial de Ourense.
- Unha vez feita a preinscrición crearanse os grupos por quendas en función da proximidade xeográfica.
- Cómpre salientar que o método para seleccionar aos participantes é a **rigorosa orde de inscrición**. Se algún dos participantes quedase sen praza na quenda que lle corresponde por localización xeográfica, pasaría a unha lista de agarda da cal se irían reasignando participantes por **rigorosa orde de inscrición**, en caso de quedaren prazas baleiras noutras quendas.
- Os participantes admitidos deberán aboar os 29,00 euros que lle corresponden na conta de ABANCA nº ES55 2080 0445 3230 4000 8225 sendo **o prazo máximo de pago sete días despois de recibir o correo de confirmación de praza.**