



## INFORMACIÓN SOBRE O PROGRAMA ESQUIOU 2020 PROMOVIDO POLA DEPUTACIÓN DE OURENSE EN COLABORACIÓN CON OCA 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 2008 até o 31 de decembro de 2011 na provincia de Ourense.





## DESCRICIÓN

Número de persoas: 840 nenos e nenas da provincia de Ourense, divididos en 8 quendas de 105 persoas por quenda.

Idades: nacidos desde o 1 de xaneiro 2008 até o 31 de decembro de 2011.

Duración: Tres días - dúas noites; 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 20 al 22/01	Terra de Celanova-Baixa Limia
2	Del 27 al 29/01	Allariz-Maceda-A Limia
3	Del 03 al 05/02	O Ribeiro-O Carballiño
4	Del 10 al 12/02	Verín-Viana
5	Del 17 al 19/02	Valdeorras
6	Del 24 al 26/02	Ourense - 1
7	Del 02 al 04/03	Terra de Caldelas-Terra de Trives
8	Del 09 al 11/03	Ourense - 2

Inscrición: **A INSCRICIÓN REALIZARASE ESTRITAMENTE MEDIANTE O SEGUINTE CORREO ELECTRÓNICO: [esquiou@depourense.es](mailto:esquiou@depourense.es) ADXUNTADO O FORMULARIO DE INSCRICIÓN DO ANO 2020 CUBERTO E A FOTOCOPIA DO DNI DO PARTICIPANTE.**

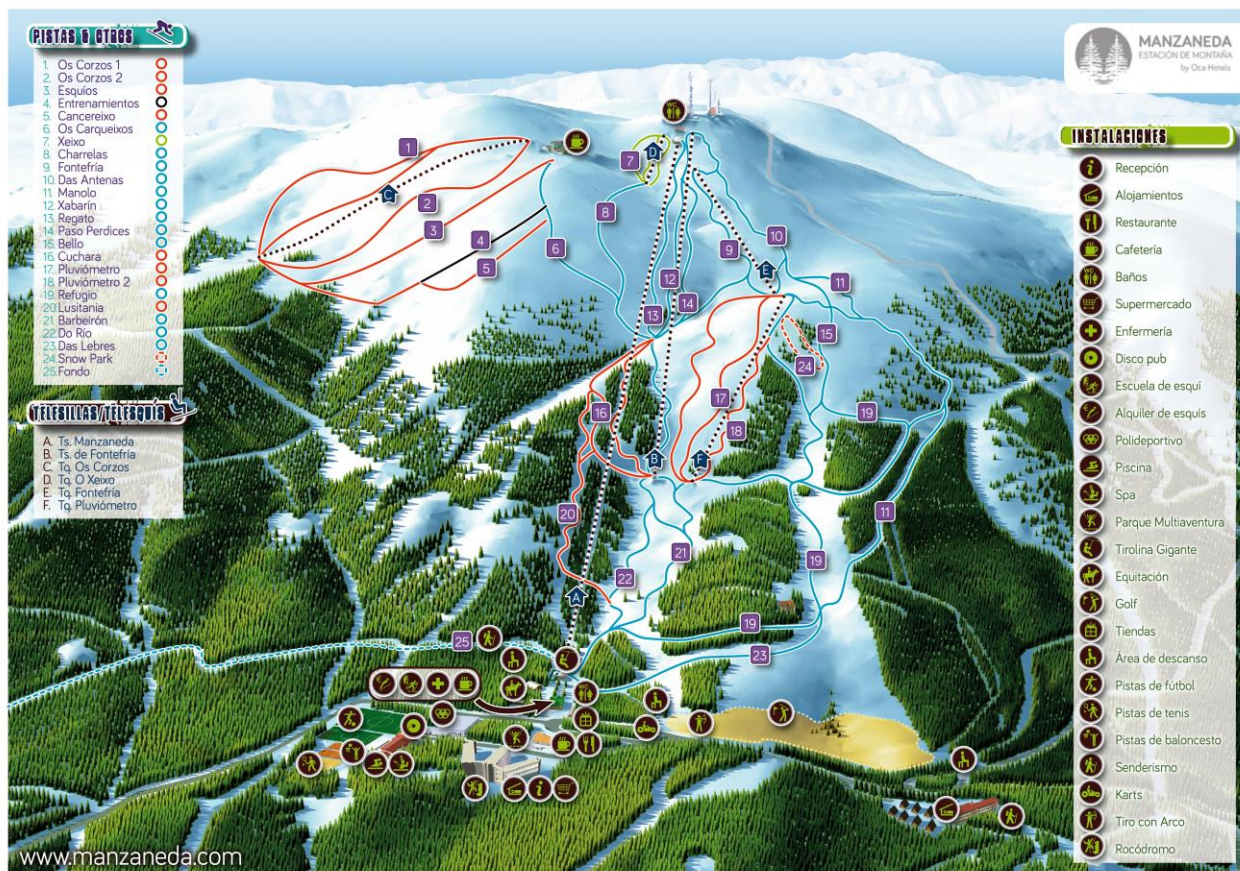
Prazo máximo de inscrición: **Día 15 de xaneiro de 2020 as 14:00 horas**



## INSTALACIONES

**A Estación de Montaña Oca 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 Telesquís 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

11:00	Chegada e aloxamento
11:30	Recollida de material
12:30	Comida
14:00 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

9:00	Almorzo
10:00 a 12:00	Actividade de neve
13:00	Comida
14:00 a 17:00	Clases de esquí (devolución de material o final)
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: 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: 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: 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: 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, zume, 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.
- Para acceder á piscina é obrigatorio o uso de gorro de baño e chancletas.
- 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](mailto:esquiou@depourense.es) ADXUNTANDO O FORMULARIO DE INSCRIPCIÓN DO ANO 2020 CUBERTO E A FOTOCOPIA DO DNI DO PARTICIPANTE.**
- 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, enviando copia do xustificante de ingreso ao correo: [manzaneda@manzaneda.com](mailto:manzaneda@manzaneda.com)**

