

Reunión padres Andorra

Excursión que tiene como objetivo el trabajo de valores para el desarrollo del espíritu deportivo, aventura, solidaridad y convivencia. “Somos un equipo y nos ayudamos” El objetivo principal del viaje sería el **crecimiento personal**:

Amistad, esfuerzo, felicidad.

La educación en valores humano-cristianos

Algunas de las razones fundamentales para proponer la práctica del deporte son:

- Promover la salud en los jóvenes.
- Socializar a los jóvenes, enseñar valores y comportamiento.
- Desarrollar su personalidad y someterla a las reglas del equipo o grupo.

Debemos tener muy presentes que la simple participación en las prácticas físico-deportivas no genera automáticamente los valores deseables para la convivencia humana y para la buena marcha de la práctica deportiva. Se hace necesario un sistema que facilite la promoción y desarrollo de valores sociales que nos permita aprovechar este marco de actuación que es el deporte.

Documentación que tienen que llevar los profesores acompañantes

- Documento firmado de los datos personales del alumno / padre/madre o tutores legales, enfermedades o alergias y tratamientos.
- Documento firmado, para poder sacar fotos a los alumnos/as y poder publicarlas en las redes sociales del colegio.
- Documento firmado en el que se exime de responsabilidad al centro escolar del mal uso del móvil, pérdida, sustracción o facturas que pudiesen llegarles.
- Fotocopia del justificante del segundo pago. Tiene que aparecer el nombre del alumno/a
- Documento de la Guardia Civil en el que se nos permite viajar con menores al extranjero (firmado por los dos, padre y madre, OBLIGATORIO).

Todos estos documentos (menos el de la Guardia Civil y la prueba de antígenos) se os envían a través de vuestros hijos/as a finales de noviembre y hay que entregarlos a Juanjo, profesor E.F, antes de las vacaciones de Navidad.

El documento de la Guardia Civil justo después de las vacaciones de Navidad.

Documentos que tienen que llevar los alumnos/as de forma obligatoria

- DNI
- Tarjeta sanitaria

Material que tienen que llevar de forma obligatoria

- Pantalón impermeable para esquiar
- Cazadora impermeable, no pueden ser corta vientos o cazadoras que se empapan cuando se mojan
- Guantes para esquiar
- Gafas para esquiar
- Calcetín alto para esquiar. Es importante porque de lo contrario las botas de esquí les harán daño y este tipo de calcetín, adecuado para la actividad, no sólo protege, sino que mantiene el pie caliente.
- Bañador para Caldea
- Una maleta grande para llevar en el maletero del bus y si quieren una mochila pequeña para llevar móvil, cargador, batería externa, documentación, dinero, o aquello que quieran llevar con ellos.
- Protector solar para la cara

Aconsejamos, pero ya depende de cada uno:

- Protector labial
- Camiseta térmica
- "Braga" para proteger la cara

Autobús:

- Respetad los horarios de autobús durante todo el viaje. Esto mejorará de forma notable la fluidez, aliviará tensiones y facilita la coordinación de horarios entre trayectos, hotel, estación, etc.
- Salida desde la explanada del centro escolar Cristo Rey.
- Para el viaje en bus aconsejamos:
 - Almohada o almohadón y mantita (aunque hay aire acondicionado).
 - Batería externa de tfno. Móvil.

El primer día hacemos parada en Pedrafita en la estación de Valcarce, por la noche cambiamos de conductor en la estación de Osorno a la altura de Burgos y por la mañana paramos en la estación de Alfajarín en las afueras de Zaragoza para desayunar.

En las paradas vamos al BAÑO (obligatorio)

Desayuno y comida del primer día a cuenta de cada alumno.

Último día, de camino a Coruña, parada y cena a cuenta de cada alumno.

Hotel Panorama:

- Respeto por el resto de usuarios.
- Llegada y distribución de las habitaciones.
- El deterioro de mobiliario en hotel será abonado por el responsable/es del desperfecto.
- Ajustarse de forma estricta a los horarios de desayuno y cena. Actitud de responsabilidad y respeto en las instalaciones comunes del comedor.
- La buena alimentación e hidratación es fundamental (nada de saltarse comidas), esto ayudará a un mejor rendimiento a una buena recuperación muscular y prevención de lesiones.
No se tira comida.
- En el hotel no se puede quedar nadie en las habitaciones a la hora del paseo (por la tarde antes de cenar). Son normas del Hotel, no puede haber alumnos en el hotel sin sus cuidadores.
- A las 23:00 cada uno en su habitación para un buen descanso (ya que madrugamos bastante). Las horas de descanso, igual que la alimentación, es fundamental para la mejora de rendimiento, recuperación muscular y evitar posibles lesiones por fatiga muscular.

Estación de esquí Grau Roge:

- Primer día por la tarde (domingo), recogida del material alquilado en la estación.
- Si se pierde o se rompe el material alquilado, el alumno/a abonará el desperfecto o pérdida. Por eso es importante la revisión del material en el momento que nos lo dan, informando en el momento que se alquila si hay algún desperfecto.
- En pistas es obligatorio la asistencia a las clases con monitor. Si no se puede por el motivo que sea, debe de informarse a los profesores acompañantes de Cristo Rey (estos informarán de la falta a los responsables de la clase en pistas).
- Puntualidad a la hora de la comida en el restaurante de la estación. Tenemos asignado un horario y son muy escrupulosos con el cumplimiento del mismo (no somos los únicos en la estación, os podéis imaginar la cantidad de gente que por allí pasa a esas horas).
- **En horario libre después de la clase, está terminante prohibido el acceso a zonas o pistas que no hayan ido previamente con su monitor de clases de esquí o intentar hacer cosas o situaciones no practicadas previamente**

en clase con su monitor. Siempre acompañados de los profesores del colegio, nunca solos.

- No sólo tenemos que estar pendientes de nosotros sino de los demás usuarios.

Andorra y Caldea

- Los paseos y tiempo libre por Andorra se limitan a la avenida peatonal Meritxell.

Nunca solos, siempre en grupos. Los profesores estaremos, también, por dicha calle.

- Andorra es un país extranjero con una legislación distinta. Por lo general, si se cometen "faltas" suele acarrear sanciones económicas muy importantes.
- **No usar datos del tfno. móvil**, avisaremos antes de entrar en Andorra para que los deshabiliten. En el hotel hay WIFI y en la estación también.
- **Caldea:** respeto absoluto y relativo silencio, de lo contrario, el grupo entero (Cristo Rey) será expulsado de las instalaciones.

-

No es un viaje de contemplación, es de actividad física intensa, aventura y relación social (compañerismo). Hay que tener mucha precaución y seguir al pie de la letra las indicaciones de monitores y profesores, para evitar males mayores.

-