



RECOMENDACIONES CURSOS SIERRA DE MADRID – 2018

- **FECHAS CURSO.** El curso dará comienzo, si las condiciones de nieve y meteorológicas lo permiten, el domingo 14 de enero. **El domingo 18 de febrero no habrá curso** y saltaremos del 11 al 25 de febrero.
- **SALIDA AUTOBÚS.** El autobús saldrá del colegio a las 8:00 en punto. Esa es la hora prevista para la salida, por lo que hay que estar en el punto de salida a las 7:45 con el fin de poder cargar, pasar lista y salir con puntualidad.
- **REGRESO AUTOBUSES.** El autobús sale de la estación a las 16:15 h aproximadamente para llegar al colegio de regreso a las 17:45 aproximadamente. Si alguien, que habitualmente va en el autobús del colegio, quiere bajar con un familiar en su coche, debe avisar siempre al monitor de su autobús con anterioridad.
- **UTILIZACIÓN OCASIONAL DEL BUS.** Si alguna persona quiere subir un día suelto a la estación, podrán hacerlo siempre y cuando haya plazas en el bus y comunicándolo previamente (antes del jueves anterior a la subida a las 20:00) a la dirección de correo electrónico informacion@clubamistad.com. El precio del uso ocasional del bus es de 15 € día/persona. También deberá abonar el forfait del día (35 €) –si desea esquiar- que le será entregado al llegar a la estación.
- **FORFAIT.** Los alumnos que suben en autobús, lo pagan por adelantado junto con todo el curso y se les entregará cada día a la llegada a la estación. Si alguien falta algún día, se le devolverá el importe del forfait al finalizar el curso.
- **COMUNICACIÓN CON RESPONSABLES DURANTE LA ACTIVIDAD.** Durante el desarrollo de la actividad los responsables del club pueden ser localizados a través del teléfono de emergencias 669819422 (operativo de 7:00 a 19:00 los domingos de curso). Además se puede acceder a la página web del club (www.clubamistad.com) durante los días previos para estar informados del tiempo, la subida, etc, y durante los trayectos para ver el posicionamiento del bus durante los desplazamientos.
- **CLASES.** Es muy recomendable no faltar el primer día, ya que se forman los grupos por edades y niveles. El que falte el primer día tiene que avisar al Club por correo electrónico. Los niños de 7 a 13 años están todo el día con monitor. Los esquiadores de más de 14 años y adultos tienen clases a las 11:00h. o a las 13:45h. según niveles. Los de snow adultos de 10:00 a 13:00.
- **OBJETOS PERSONALES.** Cada uno es responsable de sus cosas. Conviene marcar el material blando de los pequeños. **Rogamos no marcar de ningún modo el material de alquiler.** Atención al recoger las cosas del autobús para evitar las confusiones y olvidos. Los monitores revisan los autobuses y traerán lo encontrado al Club a lo largo de la semana.
- **MATERIAL.** El material se llevará por cada esquiador desde su domicilio cada domingo, y lo custodiará durante el tiempo que dure el curso (4 domingos). El equipo de esquí debe ser el adecuado para cada persona y regulado correctamente. El casco es muy recomendado para todos, y obligatorio para los menores de 15 años. **No olviden gorro, gafas, guantes y cremas protectoras** (los pequeños deben de llevarla puesta desde la salida de Madrid y llevarla en la mochila). La ropa debe ser impermeable y caliente. En el caso de los adultos que suban de forma ocasional, el material pueden alquilarlo en la propia estación.
- **ROPA.** Los alumnos deben ir vestidos con la ropa de esquiar desde Madrid. Pueden llevar cualquier tipo de calzado, ya que se cambiarán en el parking nada más llegar a la estación. Las botas van en el maletero del autobús, idealmente en una bolsa que facilite su identificación.
- **COMIDA.** En la estación hay cafetería y zona cubierta para comer. Los niños comen con su monitor y deben llevar su comida y bebida en una mochila pequeña para llevarla a pistas. No llevar comida excesiva.
- **SEGUROS.** El precio total del curso incluye un seguro que cubre el traslado a un centro sanitario y atención hospitalaria de urgencia hasta 600 €. Los mayores, si os hacéis daño, buscad siempre a un monitor o al responsable de estación. Cumplid siempre las normas de no mover, señalar el lugar y avisar. Es imprescindible llamar al seguro médico personal/familiar, si se tiene, en las 24 h. siguientes al accidente y antes de ir al médico.
- **RESPONSABLES.** Hay responsables del Club en la estación, libres de clases, para atender cualquier cuestión. Los pueden localizar en los lugares de paso, por megafonía o a través de cualquier monitor del Club Amistad.
- **COMPORTAMIENTO EN PISTAS.** Esquiar siempre en pistas y a velocidad adecuada a vuestro nivel, a la pista, nieve y meteorología. **En zonas de debutantes velocidad moderada.**
- **DEVOLUCION ALQUILER.** El material que se alquile en el Club Amistad, se devolverá cuando finalice la temporada de esquí, día 15 de mayo como fecha límite, en las oficinas del Club. Cada uno es responsable de este material y deberá responder de pérdidas o deterioros.
- **ECOLOGIA.** La sierra nos gusta limpia. Déjala más limpia de lo que la encontraste.
- **AMISTAD.** Subimos a la sierra para disfrutar. Ayuda con todo lo que haces a que todos lo pasen bien. Gracias.

POR FAVOR, LEED CON ATENCIÓN LAS NORMAS DE LOS CURSOS.

COLEGIO NUESTRA SEÑORA DE LA MERCED

CLUB AMISTAD - Hermosilla, 116, 28009 Madrid - Tel. 914 020 331 – informacion@clubamistad.com