



CURSILLO DE ESQUI DE FONDO PARA NIÑOS

1. OBJETIVO DE LA ACTIVIDAD

Queremos crear un grupo de niños que se diviertan y practiquen esquí nórdico con asiduidad. Os proponemos que asistan al cursillo que hemos organizado y que disfruten juntos de este maravilloso deporte.

2. INFORMACION DE LA ACTIVIDAD

- **Quien organiza la actividad**

Peñalara organiza el cursillo en colaboración con el Centro de Esquí Nórdico y Montaña Navafria que pondrá a nuestra disposición sus profesores, que cuentan con la adecuada Titulación Deportiva.

Los menores de 18 años tendrán a alguien que se responsabilice de sus desplazamientos al lugar de celebración de las clases y de su permanencia en el Centro de Esquí Nórdico antes y después de estas.

- **Quien puede participar en esta actividad**

- Niños de 8 a 12 años (con que cumplan 8 en el 2019 vale)
- Socios de Peñalara y otros niños que sean familiares/amigos suyos
- Imprescindible que antes del comienzo del curso, los padres o tutores firmen el documento de exención de responsabilidades /autorización para menores de 18 años, y que todos los participantes estén federados en montaña con la ampliación de esquí de fondo, o contraten seguro de día en el club, abonando la cantidad fijada.

- **Cuando y donde se celebrará el cursillo**

La actividad se celebrará en la estación de esquí nórdico del Puerto de Navafria en las siguientes fechas: 2, 9, 16 de Febrero y 9 de marzo.

Las fechas inicialmente previstas se mantendrán siempre y cuando la estación este abierta.

El cursillo se iniciará a las 11 de la mañana y tendrá una duración de dos horas, finalizando a las 13: 00.

Se realizarán grupos de mínimo 6 niños y máximo 8.

- **Material necesario**
 - botas o calzado para pisar nieve (para autobús y acceder al refugio)
 - calcetines gordos
 - pantalón de esquí, malla gorda, chándal o similar
 - camiseta térmica o abrigadita
 - forro polar
 - anorak
 - gorro, guantes, buff/pañuelo para la garganta y gafas de sol,
 - ropa de recambio
 - mochila donde dejar vuestras cosas en el refugio de la estación
 - algo de comida (barrita, frutos secos o incluso un bocata y algo de agua para después)

- **Precio**

El precio de los cuatro sábados es de 100 euros e incluye:

 - Autobús de ida y vuelta desde Lozoya al Puerto de Navafría
 - Alquiler de botas, bastones y esquís
 - Forfait
 - Dos horas de clase cada día

Existe una pequeña subvención que se repartirá entre los socios del club.

El precio que se ofrece es tan ajustado gracias al interés de Peñalara y del Centro de Esquí Nórdico y Montaña Navafría de promocionar el esquí de fondo y crear las bases para que en futuro existan niños que se enamoren del esquí nórdico e incluso participen en competiciones.

3. INFORMACION ADICIONAL PARA LOS PADRES

- **Acceso a la estación**

La estación está dotada de un parking pequeño al que pueden acceder un número muy reducido de coches (normalmente a las 7:30 de la mañana ya no se puede aparcar).

Lo más cómodo es acceder en autobús a la estación desde el pueblo de Lozoya o desde el pueblo de Navafria si se desea acceder desde el lado segoviano. Los autobuses suben a las 9,10 y once de la mañana y si puede bajar a partir de las 13:00.

Al apuntarse al cursillo los niños tienen su plaza reserva de autobús.

Para los padres y amigos que les acompañen es necesario realizar una reserva. Mi propuesta es que cuando os apuntéis indiquéis a también queréis reservar plaza de autobús para vosotros y se paguen los 20 euros por persona que cuestan cuatro los días de autobús por adelantado.

- **Alquiler de material y clases para los padres**

Se puede alquilar material en la estación e incluso si a alguno le apetece organizar clases.