

**FICHA TÉCNICA DE ACTIVIDADES  
PROGRAMA SIERRA NEVADA A TUS PIES 2007**

<b>ACTIVIDAD (22177)</b>	<b>“ESQUÍ DE FONDO”</b>		
<b>Descripción</b>	Practica esta modalidad de esquí consistente en recorridos por pistas señalizadas y con un suave desnivel.		
<b>Destinatarios</b>	Podrán participar los jóvenes que tengan entre 18 y 30 años en el momento de realizarse la actividad. Los jóvenes con edades comprendidas entre los 31 y 35 años podrán inscribirse en lista de espera.		
<b>Duración</b>	Una jornada		
<b>Lugar realización</b>	Puerto de la Ragua, Bayárcal (Almería, Sierra Nevada Oriental)		
<b>Nº de plazas</b>	50 (25 por edición)		
<b>Precio</b>	43 €		
<b>Inscripciones</b>	Una vez realizada la preinscripción, el participante dispondrá de 24 horas para formalizar la inscripción mediante el abono de la cuota establecida en la cuenta indicada y la entrega en la Unidad de Inscripciones de copia del justificante del ingreso bancario.		
<b>Nº de cuenta</b>	0182 2752 39 0201564570 (BBVA)		
<b>Incluye</b>	Transporte a la sierra ida y vuelta. Seguro. Pase a pistas. Curso. Material (esquí, botas y bastones)		
<b>Proveedor</b>	Aventura Polar en el Sur Avda. Jesús Cautivo, s/n . C. C. Sierra Mijas, local 30 Fuengirola Tel.: 952 46 31 74		
<b>Fechas de Realización e Inscripción</b>	<b>Edición</b>	<b>Realización</b>	<b>Inscripciones</b>
	1	3 Febrero	Del 3 al 29 de enero
	2	3 Marzo	Del 5 al 26 de febrero
<b>Lugar y hora de salida</b>	Estación de Autobuses de Málaga. Andén nº 3, a las 6.30 h.		
<b>Lugar y hora de regreso</b>	Estación de Autobuses de Málaga. Andén nº 3, a las 22.00 h.		
<b>Programación (horario aproximado)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 06.30 h. Salida</li> <li>• 09:30 h. Llegada a la Estación Recreativa del Puerto de la Ragua. Presentación y organización en grupos.</li> <li>• 10:00 h. Reparto de material y organización en tres grupos previa prueba de nivel.</li> <li>• 10.30 h. Clases de esquí de fondo: material del esquiador; movimientos en parado; posición fundamental del esquiador centrado; el descenso directo; la cuña de frenado y cuña deslizante; diferentes técnicas de subida; giros en cuña y dentro de la huella.</li> <li>• 13.30 h. Descanso para el almuerzo (no incluido).</li> <li>• 14.30 h. Continuación de las clases de esquí y realización de una ruta.</li> <li>• 16.45 h. Devolución del material.</li> <li>• 17.00 h. Senderismo guiado descriptivo.</li> <li>• 18.30 h. Llegada a la Posada de los Arrieros. Despedida del grupo.</li> <li>• 19.00 h. Salida hacia Málaga.</li> <li>• 22.00 h. Hora de llegada aproximada a la Estación de Autobuses de Málaga.</li> </ul>		
<b>Material necesario</b>	Botas de montaña, ropa de abrigo, chubasquero o chaqueta impermeable, calcetines y calzado de repuesto, pantalones impermeables para la nieve, gorra, gafas con protección solar, cantimplora, crema y cacao con protección solar, gorro y guantes impermeables para la nieve, mochila pequeña, almuerzo.		
<b>Observaciones</b>	<p><b>Toda la programación está supeditada a las condiciones meteorológicas, de tráfico y al estado de la nieve.</b></p> <p>Una vez que esta actividad se haya iniciado, si hubiera que suspenderla o tomar medidas alternativas por causa del mal tiempo, no se devolverá el importe de las mismas, ni habrá derecho a la prestación del servicio a posteriori.</p>		
<b>Normativa de participación</b>	El Programa “Sierra Nevada a tus Pies” está regulado mediante una normativa de participación elaborada por el Área de Juventud, y a disposición de los interesados.		