1 DÍA ESCALADA

“RIAS BAIXAS” - GALICIA

SITUACIÓN

"Es una zona de incomparable paisaje y gran valor natural y cultural, ideal para gozar, integrarse en la Naturaleza y divertirse conociéndola".

En el marco incomparable de la **Ría de Vigo,** con su barrera natural de las Islas Cíes e Isla de Ons (Parque Natural de las Islas Atlánticas), se encuentra nuestro lugar de actividades, el **Monte del Galiñeiro**. Su pico más elevado, de 709 m, se localiza en Gondomar. Es una de las cumbres más altas de As Rías Baixas y su cima es un verdadero balcón de todo el área metropolitana de Vigo, el Val Miñor y el Val do Louro, así como del infinito Océano Atlántico.

OBJETIVOS

- Practicar y mejorar las **habilidades deportivas** en un entorno natural único.
- Conseguir, mejorar y afianzar las **relaciones interpersonales** en la propia convivencia.
- Adquirir un amplio **conocimiento del entorno natural y social** de la zona.

ACTIVIDADES 1 día

- KAYAK
- SURF
- VELA
- BTT
- ESCALADA
- BIGSUP Y PADDLE SURF
- EXCURSIÓN ISLAS
- GYMKHANAS
- JUEGOS
- …

ESCALADA

- **Localización:** Monte Galiñeiro.
- **Equipo de Monitores:** Técnicos especialistas.
- Incluido **casco y arnés.**
- **Actividad muy segura.**

ESCALADA

Actividad segura, divertida y de aprendizaje del medio natural. **100% diversión, enseñanza y seguridad**.

PLANING TIPO

	1 DÍA ACTIVIDAD
9:15	SALIDA DEL COLEGIO LLEGADA AL MONTE GALIÑEIRO
10:00	PRESENTACIÓN ACCESO A LAS VÍAS DE LA ESCUELA DE ESCALADA CON APROXIMACIÓN DE 20' CAMINANDO COMO CALENTAMIENTO Y TOMA DE CONTACTO.
	MERIENDA MEDIA MAÑANA
	UNA VEZ AL PIE DE LA VÍA, SE LES IMPARTIRÁ UNAS NOCIONES TEÓRICAS SENCILLAS Y DE MUY RÁPIDA APLICACIÓN. DIVIDIREMOS AL GRUPO EN DOS, PARA HACER GRUPOS DE MÁXIMO 12/13 PERSONAS.
13:00 13:20	RECOGIDA DE MATERIAL REGRESO CAMINANDO AL AUTOBÚS
13:20 13:55	DESPEDIDA DEL GRUPO REGRESO AL COLEGIO

MATERIAL NECESARIO

- ACONSEJAMOS QUE VENGAN DE CASA CON LA CREMA SOLAR PUESTA PARA AGILIZAR LA ACTIVIDAD Y POR **PROTOCOLO COVID**.
- CREMA SOLAR (puesta de casa).
- CALZADO DEPORTIVO CÓMODO.
- GORRA.
- 2 MASCARILLAS.
- MERIENDA DE MEDIA MAÑANA CON BOTELLA DE AGUA.

¿QUÉ INCLUYE?

- MATERIAL PARA LA ACTIVIDAD.
- TÉCNICOS/MONITORES ESPECIALISTAS.
- REPORTAJE FOTOGRÁFICO DE LA ACTIVIDAD.

+ INFORMACIÓN

Pablo Costas · Teléf.: 686 654 060

www.ayukotour.com | www.ayukoaventura.com