



Benvolgudes famílies,

Us fem arribar la informació necessària referent a la sortida d'esquí que es farà els propers dies 19 i 20 de febrer.

ALLOTJAMENT: Casa de colònies La Bruna (Bellver de Cerdanya)

PISTES D'ESQUÍ: Masella.

PLA DE LA SORTIDA:

Dijous 19 febrer:

- 06:00** Sortida del centre
- 10:00** Arribada a pistes: lloguer de material
- 18:00** Arribada a la casa
 - Distribució d'habitacions
 - Higiene personal
- 19:00** Activitats post-esquí
- 21:00** Sopar
- 23:00** Bona nit

Divendres 20 febrer:

- 08:00** Aixecar-nos
- 08:30** Esmorzar
- 09:30** Sortida cap a pistes
- 10:00** Jornada d'esquí
- 19:00** Arribada al centre

QUÈ HEM DE PORTAR?

Menjar: Esmorzar i dinar i berenar del dia 19
 Snacks o fruits secs per consumir a pistes (voluntari).
 Ampolla d'aigua mitjana.

Roba i equipament:

ESQUÍ: Pantalons impermeables o d'esquí
 Anorac
 Samarreta interior o de coll alt
 Jersei gruixut
 Mitjons llargs (mínim 2 parells)
 Guants o manyoples impermeables
 Botes de muntanya, descansos o calçat esportiu
 Casquet de llana
 Ulleres de sol (no metàl·liques i amb filtre solar)
 Crema protectora (mínim factor 20)
 Crema pels llavis amb protecció solar
 Motxilla petita per esquiar

ROBA : Pijama
 Sac de dormir o llençol de sobre
 La casa dona el llençol de sota i la coixinera
 Roba interior per 1 dia (també mitjons que no siguin d'esquí).
 Roba còmode i d'abric per estar per la casa i poder sortir a fer un volt sense passar fred.
 Calçat còmode (poden ser xancles)



