



Benvolgudes famílies,

Us fem arribar la informació necessària referent a la sortida d'esquí que es farà els propers dies 18 i 19 de febrer.

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

PISTES D'ESQUÍ: Masella/La Molina.

PLA DE LA SORTIDA:

Dijous 18 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 19 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 del dia 18 de febrer
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
Gorro de llana
Sac de dormir
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
Roba interior per 1 dia (també mitjons que no siguin d'esquí).
Calçat còmode(poden ser xancles)

Institut El Vern
Esquiada 2015-16

Passeig de l'Església, 3
Tf.: 93.844.55.14

08185 Lliçà de Vall
a8058969@xtec.cat

Institut El Vern
Esquiada 2015-16

Passeig de l'Església, 3
Tf.: 93.844.55.14

08185 Lliçà de Vall
a8058969@xtec.cat