

# CURSO ESQUI Y SNOWBOARD - Sierra Nevada

**Fecha:** del 10 al 13 de Marzo de 2014, ambos inclusive.

**Hora y lugar de salida:** todos los participantes deberán estar a las 9'30 horas en el Albergue Universitario de Sierra Nevada, situado en el paraje conocido como La Hoya de la Mora. Para los que estén interesados saldremos a las 7'45 horas desde el Pabellón polideportivo de la UJA.

**Alojamiento:** Albergue Universitario de Sierra Nevada.

**Incluye:** alojamiento en Pensión Completa, sábanas y mantas, seguro accidentes, clases de esquí o snowboard (3 horas diarias) y forfait 4 días.

**Precio del curso:** 280 €. No incluye el alquiler del material.

**Alquiler material:** esquí 30 € (bastones, tablas, fijaciones y botas) y de snowboard 40 € (botas, fijaciones y tabla).

**No incluye:** toallas, el almuerzo del primer día y todo lo no especificado.

**Desplazamiento:** vehículos particulares.



## Algunos consejos:

- Vestimenta adecuada para condiciones adversas: frío, viento, sol, nevadas, es decir, todo lo que nos podemos encontrar en pleno invierno. Necesitaremos ropa de abrigo (anorak o chubasquero, forro polar o sudadera). Llevad SOLO lo imprescindible.
- Será obligatorio el siguiente material: gafas de nieve, guantes, gorro de abrigo, crema protección solar para la piel y los labios.
- Se recomienda una mochila lo suficientemente espaciosa y cómoda para llevar las cosas durante la actividad (comida pic-nic, crema de protección, botella de agua, etc.,).
- Para picar algo durante el día podéis llevar alimentos energéticos como frutos secos, chocolate, etc.
- Tanto el programa como las actividades podrán ser modificadas o anuladas por el monitor responsable, debido a factores ajenos a la organización (meteorología, condiciones adversas, etc). Cualquier otra circunstancia no contemplada será, sólo y exclusivamente responsabilidad del participante.

**PARA CUALQUIER DUDA O CONSULTA PONERSE EN CONTACTO CON EL MONITOR RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD EN EL SERVICIO DE DEPORTES DE LA UJA**