

ORGANIZACIÓN E CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

MARTES 14	MÉRCORES 15	XOVES 16
<ul style="list-style-type: none"> - 08:30 . TRASLADO EN AUTOCAR DENDE O IES ATA A ESTACIÓN DE MANZANEDA. - 13:00 . XANTAR QUE <u>LEVAREMOS DENDE A CASA.</u> - 15:00. INSTALACIÓN NAS HABITACIÓNS - 15:00 -17:30. PAVILLÓN ACTIVIDADES - 17:30 . MERENDA - 18:00 – 20:00. PISCINA - 21:00. CEA - 22:00 – 23:30 . DISCOTECA 	<ul style="list-style-type: none"> - 09 :30 – 10:00 . ALMORZO - 10:30 – 12:00 . PARQUE MULTIAVENTURA - 12:00 – 13:30. SLACKLINE - 13:30 . XANTAR AUTOSERVICIO - 15:00 – 16:00 . TEMPO LIBRE - 16:00 – 17:30 . ORIENTACIÓN - 17:30 . Merenda - 18:00 – 20:00 PISCINA - 21:00. CEA - 22:00 – 23:30. VELADA 	<ul style="list-style-type: none"> - 09 :30 – 10:00 . ALMORZO - 10:30 – 13:00 . SENDEIRISMO - 13:30 . XANTAR AUTOSERVICIO - 15:00 VISITA AO POBO DE MANZANEDA , ASÍ COMO AO CASTIÑEIRO DE PUMBARIÑOS. REGRESO A CASA

PREVISIÓN METEOROLÓXICA



Manzaneda, Previsión a 8 días:

Fecha	Sab 11	Dom 12	Lun 13	Mar 14	Mie 15	Jue 16
Tiempo						
Temp. Cima °C	7 10	6 12	0 7	-1 2	2 7	1 9
Temp. Base °C	7 11	7 13	1 8	1 4	1 9	2 10
ISO 0° m	3400	3500	2300	1900	3200	3100
Cota Nieve m	-	-	1800	1500	2700	2400
Viento Cima veloc.-racha km/h	 61-65	 47-58	 72-79	 50-54	 18-29	 29-36
Viento Base veloc.-racha km/h	 36-72	 25-58	 47-86	 32-58	 14-29	 11-11
Precipitación	-	-	2 mm	4 mm	-	-
Nieve en Cima	-	-	1 cm	2 cm	-	-
Nieve en Base	-	-	1 cm	1 cm	-	-

mar. 14		mié. 15	jue. 16
00-12 h 	12-24 h 		
100%	70%	0%	90%
1500			1600
	5 / 14	4 / 18	6 / 17
	5 / 14	4 / 18	6 / 17
	60 / 90	45 / 95	45 / 90
 15	 15	 5	 15
	4	5	

Temperaturas entre os 0 – 9°C

Posibilidade de choiva o Martes 14 e Xoves 16

Velocidade/Forza de ventos baixa

PLANIFICACIÓN : ROUPA E OUTRAS COUSAS DE IMPORTANCIA



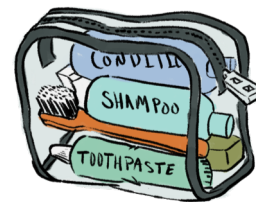
RECOMENDACIÓNS :

- ✓ Por tratarse de alta montaña debemos levar roupa de abrigo e de recambio.
- ✓ Vestirse por capas , así non teremos problemas cos cambios de temperatura.
- ✓ Levar calzado impermeable asegúranos desfrutar das actividades ao aire libre, sen perigo de levar os pés mollados.
- ✓ É importante protexer a cabeza cun gorro, o pescozo cunha bufanda ou un buff e as mans cunhas luvas.
- ✓ O resto de roupa que levedes, que sexa cómoda para a práctica de actividades deportivas.



Piscina, debemos levar :

- Gorro
- Chanclas
- Toalla
- Bañador ou bikini



Outros :

- Mochila pequena
- Bolsa para o lixo
- Toalla de aseo para o aloxamento
- Básicos para o aseo

OUTRAS RECOMENDACIÓNS



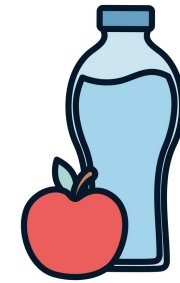
Teléfono móbil

Poderedes levar e empregar o teléfono móbil sempre que se faga un uso axeitado do mesmo e nos momentos e espazos indicados polo profesorado.



Cartos para levar

As familias determinaredes os cartos que considerades oportuno dar aos vosos fillos, tendo en conta como aparece no cronograma , que só non se inclúe o xantar do primeiro día , así como a auga ou refrixerios e calqueira extra que se queira mercar.



Comida e bebida

Na vosa equipaxe debemos levar o **xantar do primeiro día**, e tamén poderedes levar algo de comida como frutos secos, barritas enerxéticas ou refrixerio (auga) , por se non a queredes mercar alí