ACTIVIDAD de AVENTURA

en

CIUDAD RODRIGO (Salamanca).

FECHA y LUGAR: 6 de NOVIEMBRE del 2021.

Salida de salamanca a las 08:00 de la mañana.

ACTIVIDADES:

- DESCENSO KAYAK (aguas bravas).
- Comida-parrillada.
- Salto en PUENTING.

- **DESCENS en KAYAK por aguas bravas en Sanjuanejo (Ciudad Rodrigo)**

  Duración: 3,30 horas.

  Ubicación: Ciudad Rodrigo.

  Nivel: Medio- bajo, (dependiendo la fecha del año).

  Divertido descenso en piraguas disfrutando de la zona más salvaje y aislada, precioso para disfrutar de la naturaleza. Este descenso tiene varias zonas de rápidos sencillos, perfecto para personas que hayan realizado alguna actividad de piraguas previa o noveles con ganas de pasarlo bien. Quedamos en el Albergue La Concha de Ciudad Rodrigo, punto desde el que subimos con el vehículo de la empresa, para terminar el descenso de piraguas en la zona de baño denominada la Pesquera junto al Albergue de la Concha.

  Incluye:

  - **Piragua.**
  - **Chaleco salvavidas.**
  - **Neopreno y escarpines (en caso de ser necesario).**
  - **Casco.**
  - **Logística de la actividad.**
  - **Seguro de responsabilidad civil y accidentes.**
  - **Bidón o bolsa estanca para cada grupo.**
  - **Reportaje fotográfico.**

Que necesitamos:

- Toalla
- Bañador
- Calzado para mojar (Zapatillas de recambio)
- Ropa interior de repuesto
- Crema solar
- Agua
- Gorra de sol
- Mascarilla

- **DESCANSO:** De 13:30 a 15:30 h. se parará para descansar y comer, comida que se realizará el Albergue la Concha de Ciudad Rodrigo. Con una comida campera con parrillada, ensalada y una bebida (Cerveza, Cocacola, Agua, vino).

- **Salto en modalidad de PUENTING:**

Si quieres sentir adrenalina y vivir una experiencia única, el **Puenting es la actividad que estás buscando**. Una actividad fácil y sencilla, solo tienes que tirarte, pero no por ello es fácil de realizar, nueve de cada diez médicos, no se atreverían a tirarse, pero seguro que tú sí.

¿Dónde realizamos el salto?

En el puente Chico de Martiago, a 10 minutos de Ciudad Rodrigo. El puente se encuentra en desuso, por lo que no tenemos peligro de movernos por el libremente para ver a nuestros compañeros saltar, **mientras disfrutamos haciendo fotos de los saltos de puenting o grabando un vídeo.**

Material específico para esta actividad:

- Camiseta que cubra los brazos (manga larga).
- Pantalón que cubra las piernas (pantalón largo).

La dificultad de las actividades requiere un nivel físico medio-bajo.

- **MATERIAL GENÉRICO Y PERSONAL para TODAS LAS ACTIVIDADES:** Ropa y calzado deportivo, ropa de abrigo, toalla, calzado y ropa de repuesto por si se moja.

- **HORA Y LUGAR DE SALIDA:** A las **08:00 h** del campus universitario Miguel De Unamuno, frente al colegio Oviedo. Se solicita estar al menos 10 minutos antes, para salir a la hora en punto. Gracias.

- **PLAZAS:**

  Mínimo **8** para que se haga la actividad.

  Máximo **30**.

- **PRECIO:**

Comunidad Universitaria USAL: **55 €.**

Asociados ALUMNI y federados con el GUM-USAL: **60 €.**

Ajenos a la USAL: **65 €.**

- Transporte en autocar: INCLUIDO.

- **FECHA DE INSCRIPCIÓN:** Del 11 de octubre al 4 de noviembre de 2021.

- **INSCRIPCIONES: Las inscripciones se harán a través del correo electrónico inscripciones.deportes@usal.es y en el teléfono 923294419 a partir del segundo día de inscripción.**
  Sólo se atenderán correos recibidos a partir de las 9h. del primer día de inscripción. Únicamente se inscribirá a una persona por correo. No se harán reservas a aquellas personas que escriban más de un correo para una misma actividad.
  NO SE HARÁN INSCRIPCIONES PRESENCIALES.

- **DEVOLUCIÓN DE PRECIOS PÚBLICOS del SEFYD-USAL** (la cual se podrá consultar en la Web del SEFYD).

- **ORGANIZACIÓN:**

Duración / Programación:

- 9:00 – 9:30 h Llegada a **Ciudad Rodrigo**.

- 10:00 – 10:30 Comienzo de la actividad de KAYAK por grupos.

- 14:00 h Descanso para comer.

- 16:00 h. Sobre esta hora se comenzará con los saltos de PUENTING.

- 18:00 h Fin de la actividad.

- 19:00 – 19:30 h Llegada a Salamanca.

- ***RECURSOS Y SERVICIOS***: *Monitores especializados y todos los materiales específicos para la realización de las actividades.*

PROTOCOLO SEGURIDAD COVID 19 de OUTDOORACTIVO, de obligado cumplimiento para participar en la actividad.

* No podrán realizar ninguna de las actividades los grupos vulnerables o de riesgo frente la COVID 19, ni personas con fiebre o que hayan tenido síntomas en los últimos 14 días.
* En caso de no encontrarse bien rogamos no asistir a la actividad.
* Mantener un distanciamiento físico de 1,5 m durante todo momento, se esté desarrollando la actividad o no (entrada preparación, explicaciones, descansos, etc...).
* Se podrá compartir material y disminuir la distancia física si se comparte vivienda.
* Todos los materiales y equipos serán limpiados y desinfectados antes y después de cada actividad.
* Hay a disposición de los usuarios geles hidroalcohólicos para desinfectaros las manos antes, durante y después de la actividad. Los usuarios podrán no obstante traer sus propios productos mientras estén certificados para su uso contra el COVID 19.
* En caso de que la actividad requiera de transporte todos los usuarios deberán de usar mascarilla.
* Los aseos y zonas comunes, serán limpiados y desinfectados pulverizando una mezcla de agua con lejía dos veces al día.
* Será obligatorio el uso de mascarillas.

PROTOCOLO DE SEGURIDAD

Para la realización de Actividades destinado a evitar el contagio del COVID-19

El objeto de este documento es recoger las buenas prácticas que pedimos poner en práctica a nuestros clientes para garantizar su seguridad y la del resto de personas usuarias con el fin de realizar una actividad más segura y satisfactoria para todos.

1. ACCIONES PREVIAS:

EVITAR ACUDIR A ACTIVIDADES PERSONAS EN GRUPO DE RIESGOS

Personas embarazadas, con problemas cardiovasculares, diabetes o afecciones graves

UTILIZAR PREFERENTEMENTE PAGOS TELEMÁTICOS Y GESTIÓN ONLINE

Evitar medios de pago que impliquen cualquier tipo de contacto físico

EVITAR REALIZAR ACTIVIDADES AQUELLAS PERSONAS AFECTADAS POR LA COVID-19

Evitar acudir a actividades aquellas personas usuarias que hayan tenido contacto con personas afectadas que sufra cualquiera de sus síntomas

SÍNTOMAS COVID-19

Si presenta estos síntomas, llamar al teléfono de atención COVID-19

2. DURANTE EL DESPLAZAMIENTO:

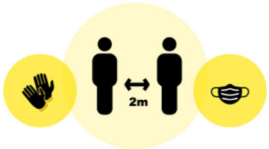
RECOMENDACIONES:

Recomendamos acudir en vehículos particulares y grupos familiares, guardando las distancias interpersonales y medidas de seguridad que recomienden las autoridades sanitarias, o si es posible en bicicleta, moto o a pie, garantizando en todo momento las distancias de seguridad recomendadas.

3. AL INICIO DE LA ACTIVIDAD:

RECEPCIÓN Y OFICINAS:

Guardar la distancia interpersonal en todo momento, leer los carteles informativos y atender las indicaciones que realice la empresa, colaborando en las medidas que se hayan establecido para salvaguardar la seguridad. Utilizar los elementos de higiene habilitados al efecto (jabón, soluciones hidroalcohólicas, pañuelos desechables, mascarillas, guantes…).



4. VESTUARIOS:

SEGUIR EL PROTOCOLO:

Respetar la entrada escalonada a los vestuarios y seguir las indicaciones recomendadas por la empresa.

1º...3º

5. RECOMENDACIONES GENERALES DURANTE LA ACTIVIDAD:

Mantener en todo momento las distancias interpersonales, evitando saludos con contacto físico y tocar o manipular el equipo personal de otras personas usuarias, compartir enseres, recipientes, alimentos o bebidas. Cumplir las medidas de prevención que les sean indicadas (lavado frecuente de manos con solución hidroalcohólica, recogida de materiales, limpieza…)
Evitar tocarse la cara (ojos, nariz, boca…), cubrirse la boca al toser o estornudar con pañuelo desechable o con el codo en su defecto. Desechar inmediatamente y en los lugares indicados, cualquier desecho de higiene personal.

Avisar inmediatamente en caso de sentir algún síntoma y contactar con el teléfono de atención COVID-19.

ANETA

TURISMO ACTIVO

Contacto: comunicacion@aneta.es www.aneta.es

Protocolo COVID – TURIMO ACTIVO