

IES Plurilingüe Antón Losada Diéguez

SEMANA BRANCA ANDORRA

17/01/2026 – 24/01/2026

[ies] **ANTÓN**
plurilingüe **LOSADA DIÉGUEZ**

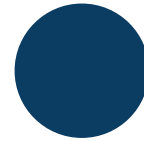


**IES AVELINA
VALLADARES**

1. FINALIDADE

ACTIVIDADE DEPORTIVA ORGANIZADA POLO
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA

OBXECTIVOS DA ACTIVIDADE:
DEPORTIVOS E PSICO-SOCIAIS



DEPORTIVOS

Iniciar ao alumnado na práctica das actividades físicas no medio natural.

Realizar desprazamentos especializados na neve (esquí e snowboard)



PSICO-SOCIAIS

Favorecer as relacións persoais entre alumnos/as de diferentes grupos en actividades fóra do entorno escolar.

Desenvolver actitudes de esforzo e superación persoal, de asunción das propias limitacións, de cooperación e tolerancia, de aproveitamento do tempo libre de maneira activa, de respecto polo medio ambiente...

2. DESTINO

2.1. ANDORRA

- ❄ “PAÍS DA NEVE”
- ❄ PAÍS CON LEXISLACIÓN MOI RESTRICTIVA
- ❄ SITUADO NOS PIRINEOS
- ❄ ENTORNO NATURAL
- ❄ GRAN RIQUEZA CULTURAL

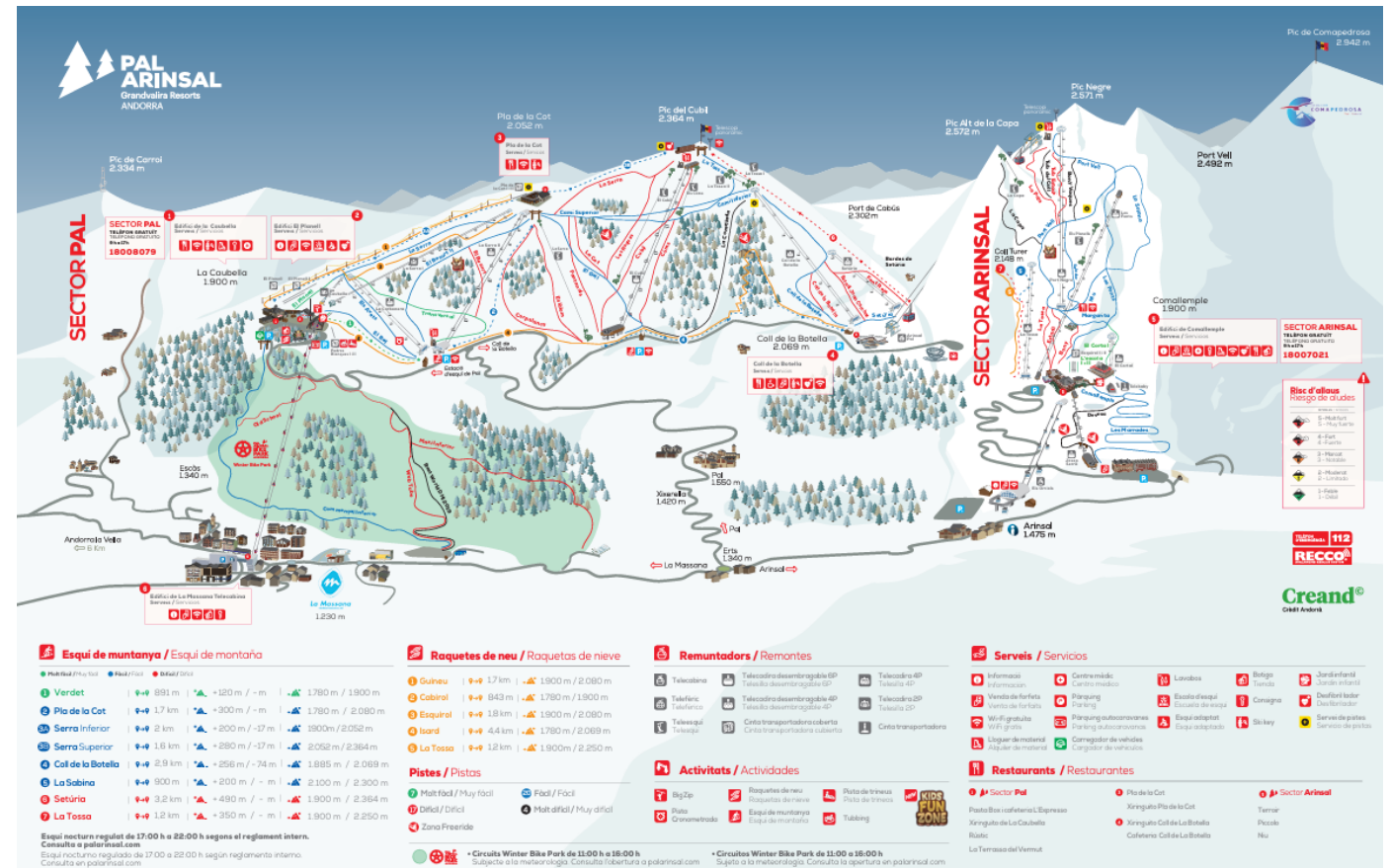


❄️ PAL – ARINSAL:
<https://www.palarinsal.com/es>

- ❄ 63 KM DE PISTAS
- ❄ 31 REMONTES: 2 TELECABINAS, 10 TELESILLAS, 7 TELESQUÍES, 9 ALFOMBRAS
- ❄ 47 PISTAS

19 AZULES

4 NEGRAS



3. VIAXE

3.1. AXENCIA



ESTIBER COLE

<https://www.estiber.com/>

<https://www.esquí.com>

Casanova 101, 08011 Barcelona

934 548 308 | 934 515 092



3.2. DATA E HORARIOS



❄ A VIAXE REALÍZASE ENTRE O 17 DE **XANEIRO** E O 24 DE **XANEIRO** DE 2026.

❄ SAÍDA: **Noite do sábado 17/01**

❄ DÍA DE SAÍDA: **17 de xaneiro 2026**

❄ CHEGADA: Mañán do 18/01

❄ A SAÍDA E A CHEGADA REALIZARASE ENTRE OS INSTITUTOS IES PLURILINGÜE ANTÓN LOSADA DIÉGUEZ E IES AVELINA VALLADARES

3. VIAXE

3.3. TRASLADO

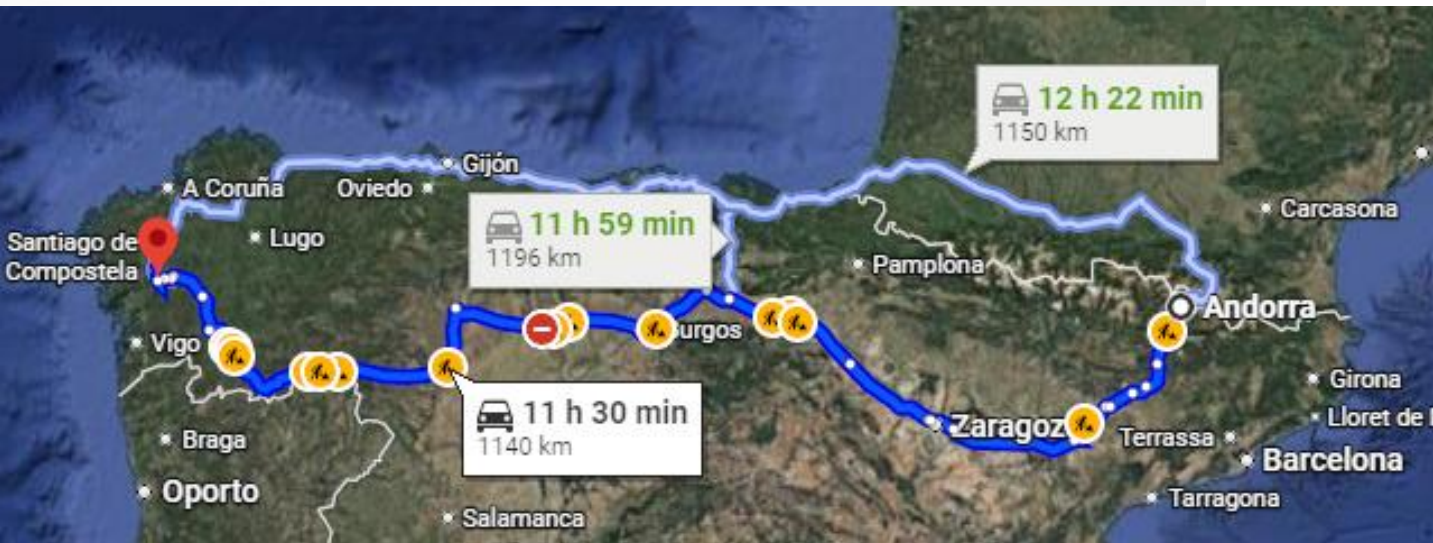


❄ **A ESTRADA – ANDORRA: 1100 KM**

❄ **13 - 15 H.** APROXIMADAS DE VIAXE

❄ VIAXAMOS DE NOITE A IDA E A VOLTA

❄ CAMBIO DE CONDUCTOR DE AUTOCAR EN VIAXE DE IDA E VIAXE DE VOLTA EN BURGOS.



3. VIAXE

IDA: A ESTRADA – ANDORRA

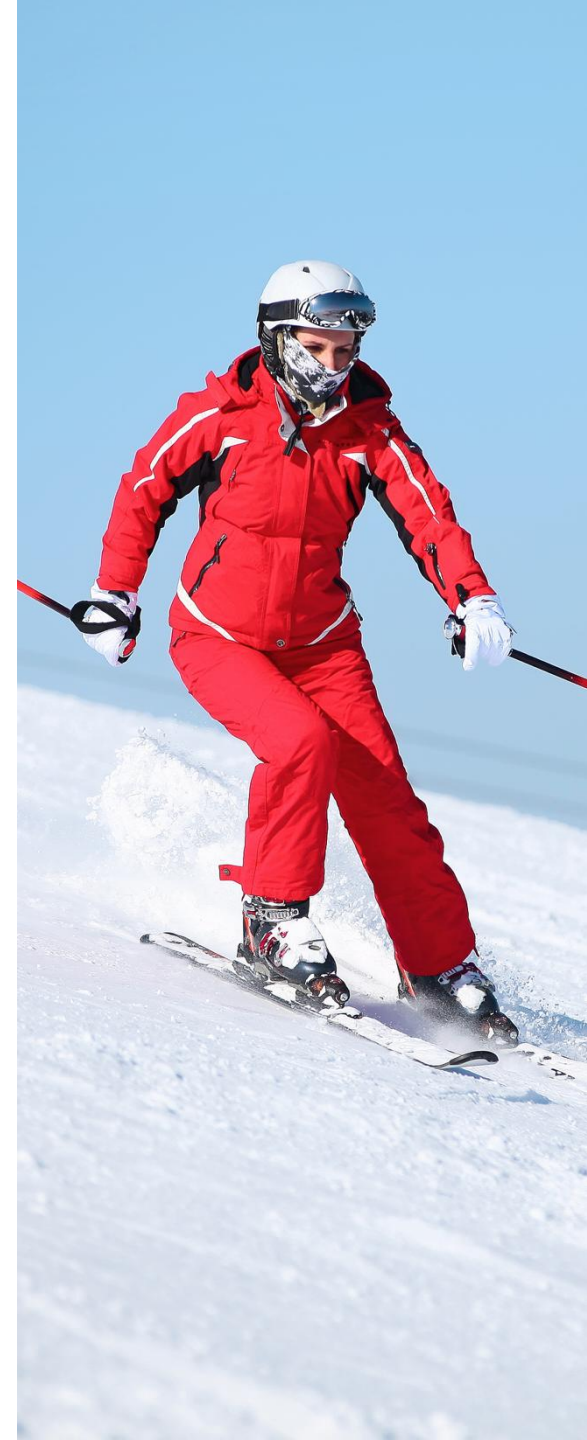
DÍA 17 DE XANEIRO DE 2026, CHEGADA DÍA 18 DE XANEIRO DE 2026

SÁBADO, 17

- ❄ Saída de noite..
Saída do instituto.
Confirmaremos hora exacta de presentación e saída.
- ❄ 1ª parada en área de servicio de León.
- ❄ 2ª parada en área de servicio de Burgos para almorzo (non incluído).
- ❄ 3ª parada en área de servicio de Zaragoza.

DOMINGO, 18

- ❄ Chegada a Andorra pola mañán. Tempo libre para comida (non incluída). Estaremos no centro da cidade donde encontrarán pizzerías, burgers...
- ❄ Aluguer de material de esquí e snowboard en tenda a pe de pista, donde quedará almacenado.
- ❄ Distribución de habitacións no hotel. Inicio do réxime de 5 días en pensión completa.



3. VIAXE

VOLTA: ANDORRA – A ESTRADA

DÍA 23 DE XANEIRO DE 2026, CHEGADA DÍA 24 DE XANEIRO DE 2026

❄ 19:00h. (venres) saída de Andorra.

❄ 23:00 – 23:30 h. parada en área de servicio de Zaragoza para cea (non incluída). Poden levar bocadillos e bebidas. Poden comprar en supermercado en Andorra.

❄ 3:00 - 3:30 h. parada en área de servicio de Burgos.

❄ 7:00 -7:30 h. parada en área de servicio de León para almuerzo (non incluído). Poden comprar en supermercado de Andorra.

❄ 09:00 h. (sábado) chegada a A ESTRADA.



3. VIAXE

3.4. RUTINA DIARIA

VIAXE DE ESQUÍ. RECORREREMOS MÁIS DE 1.000KM ESQUIANDO PARA APROBEITAR O TEMPO.

- 🕒 07:00 h. ALARMA DESPERTADOR
- 🍴 07:30 h. ALMORZO bufet no hotel. Zumes, froita, friame, ovos, leite, cacao, café e infusións, pan, galletas, mermelada... Control de alumnado.
- 🚌 08:30 h. Saída en bus cara as pistas (30 minutos aprox.). Control de alumnado.
- 🏂 10:00 h. a 12:00h. Clases de esquí e snowboard con monitores da estación. Escola Andorrana de esquí. Control de alumnado.
- 🍽️ 13:30h. Aprox. Comida quente en restaurante en pistas:
2 primeiros a eleixir / 2 segundos a eleixir / postre a eleixir / auga. Control alumnado.
- 🏂 14:00h. a 16:30h. Esquí libre en grupos controlados. Esquíán por donde foron co monitor.
- 🚌 17:00h. Recollida, control alumnado e baixada ao hotel.
- 🍽️ 20:30h. Cena bufet no hotel. Control alumnado.
- 🛏️ 22:30h. Retirada as habitacións. Control alumnado.
- 😴 23:00h. TOQUE DE QUEDA. SILENCIO!



3. VIAXE

3.5. HOTEL



PRESIDENT 4*

Hotel situado no centro de Andorra la Vella.
Moi cerca da zona comercial.

Cada día almorzamos e ceamos no hotel.



7.8

83 valoraciones

5.8

Acceso a pistas

8.4

Atención

7.3

Comida

7.6

Comodidad

8.2

Limpieza

7.3

Ubicación

3. VIAXE

3.6. NORMAS DE COMPORTAMENTO EN XERAL



Prohibido fumar e/ou consumir bebidas alcólicas.



Prohibido comprar obxectos “inapropiados” (prohibidos en España).



Prohibido saír do hotel tras a hora de revisión das habitacións.



Debe respetarse ao persoal das instalacións (recepcionistas, camareiros/as, monitores, etc.)



Debese ser **puntual, seguir os horarios marcados**. Grupo numeroso para autobuses, almozos, comidas, etc.



Debese utilizar vestiario apropiado: roupa técnica de esquí.

ANDAR SEMPRE EN GRUPOS DE MÍNIMO 4 PERSOAS



3. VIAXE

NO HOTEL



Respetar as instalacións. Revisar desperfectos habitacións.



Roupa e bolsas ordenadas. Convivencia.



Respetar ao resto de clientes. Convivencia.



Respetar os horarios de descanso. Convivencia.

EN PISTAS



Esquí = Deporte de aventura (NON de risco).



Debemos coñecer a dificultade das pistas:
● verdes | ● azuis | ● vermellas | ● negras.



Non debemos esquiar pistas que non coñecemos.



É obrigatorio o uso do casco e o peto.



Nunca se debe esquiar só. Mínimo grupos de 4 persoas.



SEGURIDADE E PREVENCIÓN



1. Coñecer os obxectivos da actividade: actividade deportiva vs excursión.



2. **Alimentarse apropiadamente:** é imprescindible almorzar correctamente e repoñer enerxía a media mañán na comida.



3. Utilizar a equipación apropiada, material regulado ao noso nivel, utilizar casco, gafas e muñequeras (snow), levar o peto para facernos ver e que nos identifiquen como escolares en aprendizaxe.



4. Coñecer e **respetar as normas**. Nunca esquiar só nin por donde non se fora antes co monitor. Non baixar por pistas que superen o nivel persoal.



5. **Descansar ben.** Respetar as horas de descanso (e sono) para poder aprender e rendir.



6. **Cumprir os horarios** de presentación (clases, comida e finalización).



SEGURIDADE E PREVENCIÓN





SEGURIDADE E PREVENCIÓN

Alimentación, hidratación e descanso



Alimentación, hidratación e descanso:

Tódolos días nos levantaremos aproximadamente as 07:00 da mañán.

Empezaremos a esquiar en torno as 09:45 e permaneceremos en pistas durante 7 horas.

Chegaremos ao hotel aproximadamente as 18:30 da tarde.

É IMPORTANTÍSIMO DESCANSAR, ALIMENTARSE CORRECTAMENTE E HIDRATARSE.

4. PARTICIPANTES

4.2. PROFESORADO ACOMPAÑANTE

1. **DENIS BLANCO QUEIJO** (Educación Física)
2. **MARTA PÉREZ MASEDA** (Física e Química)
3. **MARÍA CARBALLAL FEBREIRO** (Lingua Galega)
4. **ANTÓN PINTOR** (Filosofía)
5. IES AVELINA VALLADARES
6. IES AVELINA VALLADARES

O DÍA DE SAÍDA DA VIAXE, FACILITARASE UN NÚMERO DE TELÉFONO ADICIONAL DE CONTACTO DIRECTO CO PROFESORADO

- DIARIAMENTE INFORMAREMOS AO CENTRO DO TRANCURSO DA ACTIVIDADE.

- ANTE CALQUERA INCIDENCIA RELEVANTE, INFORMARÁSE INMEDIATAMENTE A FAMILIA DO/A ALUMN@.

5. A VIAXE INCLÚE

- ❄ TRaslado en autobús **A ESTRADA – ANDORRA E ANDORRA – A ESTRADA**.
- ❄ TRaslado en autobús: TRaslado diario del hotel a pistas.
- ❄ ESTANCIA DE 5 NOCHES EN HOTEL 4* EN RÉGIMEN DE MEDIA PENSIÓN (DESAYUNO Y CENA).
- ❄ DISTRIBUCIÓN DE HABITACIONES: ESCOLARES EN HABITACIONES MÚLTIPLES.
- ❄ RÉGIMEN: PENSIÓN COMPLETA (DESAYUNO Y CENA EN EL HOTEL, Y ALMUERZO EN PISTAS).
- ❄ FORFAIT DE 5 DÍAS EN **PAL - ARINSAL**.
- ❄ CLASES DE ESQUÍ/SNOW BOARD 2 HORAS DIARIAS DURANTE 5 DÍAS.
- ❄ ALQUILER DE MATERIAL DE ESQUÍ (SUPLEMENTO SNOW BOARD).
- ❄ ALQUILER DE CASCOS Y PETOS.
- ❄ JAULAS A PIE DE PISTAS PARA ALMACENAJE DIARIO DE MATERIAL.
- ❄ SEGURO DE ACCIDENTES Y RESPONSABILIDAD CIVIL.
- ❄ ASISTENCIA DE GUÍA ESPECIALIZADO DURANTE TODA LA ESTANCIA.

5. A VIAXE INCLÚE

5.2. CALENDARIO DE PAGOS. PREZO BASE 625€

- ❄ OPCIONAL: SUPLEMENTO SNOWBOARD (+40€) E SUPLEMENTO CENTRO TERMOLÚDICO CALDEA (+30,5€)
- ❄ PERSOAS CON 16 ANOS CUMPRIDOS: +10,5 euros de taxa turística a aboar no hotel.
- ❄ ENLACE DE PAGO AXENCIA DE VIAXES ESTIBER (PUBLICADO NA AULA VIRTUAL DA EXCURSIÓN).

- ❄ ATA O DÍA, **23** DE **NOVEMBRO** DE **2025**, 150€.
- ❄ ATA O DÍA, **19** DE **DECEMBRO** DE **2025**, 250€
- ❄ ATA O DÍA, **09** DE **XANEIRO** DE **2026**, CANTIDADE PENDENTE DE PAGO.

5. A VIAXE INCLÚE

5.2. CALENDARIO DE PAGOS. PREZO BASE 625€



Esquí ▾ Info pistas ▾ Balnearios ▾ Parques ▾ Aventura ▾ Hoteles ▾ Grupos ▾



Poñer un terceiro apelido “LOSADA”

Exemplo: BLANCO QUEIJO LOSADA

Número reserva común

INFORMACIÓN DEL PAGADOR

Nombre

Apellidos

Dirección

Población

Código postal

Teléfono

RESERVA IES AVELINA VALLADARES (4529)

Rellena todos los campos para poder hacer la factura del pago que vas a efectuar.

En el campo importe solo introduzca la cantidad sin el símbolo del €. Los decimales van separados por "."

5. A VIAXE INCLÚE

5.3. POSIBILIDADES DE RECAUDACIÓN

❄ TALONARIOS DE RIFAS ESTIBER

❄ 100 RIFAS X 2€ (200€/TALONARIO).

❄ RECAUDACIÓN ÍNTEGRA PARA O ALUMNO/A.

❄ SE DESPOIS NON VAIA EXCURSIÓN, DEBERÁN DEVOLVER OS TALONARIOS E O DIÑEIRO CONSEGUIDO.

❄ OUTRAS POSIBILIDADES

VENDA DE PRODUCTOS NAVIDEÑOS – LA DAMA DE LA ESTEPA

1 producto

5 papeletas sorteo moto

5 papeletas sorteo lote nadal

20 productos x5 = 100 euros beneficio directo

100 papeletas x1 = 100 euros

100 papeletas x1 = 100 euros

300 euros

5. A VIAXE

5.4. DOCUMENTACIÓN NECESARIA

❄ ATA O DÍA 09 XANEIRO 2025, PRESENTAR SOBRE CON NOME E APELIDOS DO ALUMNO/A, QUE INCLÚA:

- ❄ 1. COPIA DNI O PASAPORTE EN REGLA DEL ALUMNO/A..
- ❄ 2. COPIA TARXETA SANITARIA DA SEGURIDADE SOCIAL OU SEGURO PRIVADO.
- ❄ 3. CERTIFICADO DE AUTORIZACIÓN (GARDA CIVIL).
- ❄ 4. AUTORIZACIÓN E COMPROMISO RESPONSABILIDADE PAIS/NAIS/TIRORES LEGAIS. AUTORIZACIÓN GRAVACIÓN IMAXES.
- ❄ 5. CONVENIO SEGURIDADE ENTRE ESPAÑA E ANDORRA (SEGURIDADE SOCIAL).
- ❄ 6. HISTORIAL MÉDICO E DATOS PERSOAIS (A CUBRIR NO ENLACE DA AULA VIRTUAL).

NON SE RECOLLE A DOCUMENTACIÓN INCOMPLETA.

DEBE ESTAR TODA A DOCUMENTACIÓN ENTREGADA PARA PODER SUBIR AO AUTOBÚS.

SEGUROS PRIVADOS

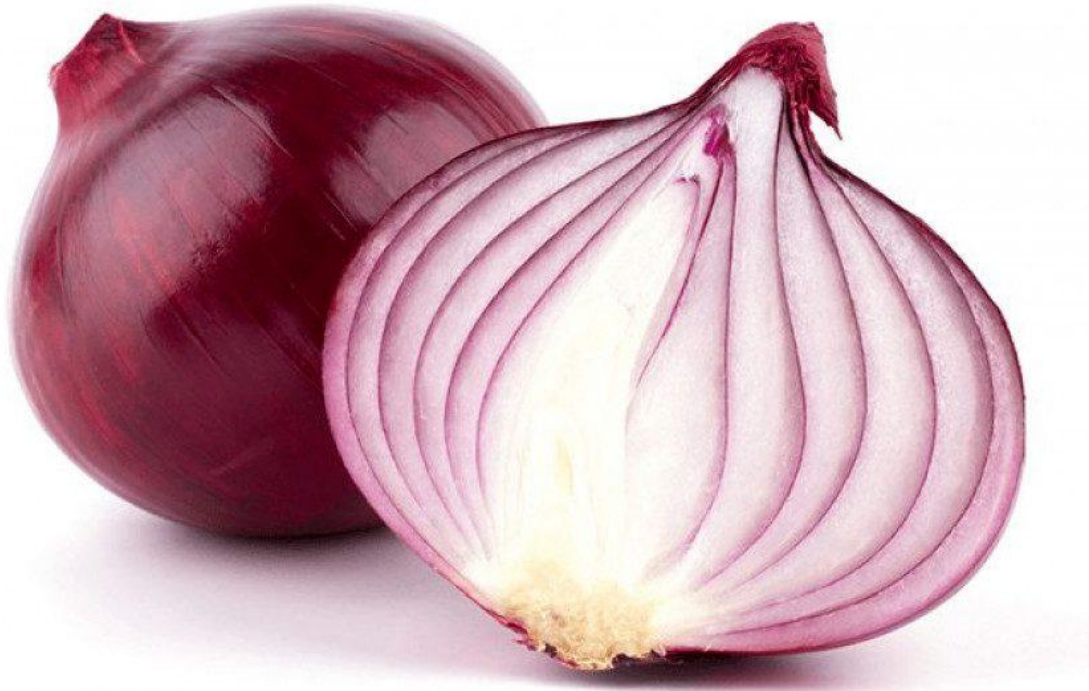
As persoas que teñen seguros privados, recomendamos que cada un se asegure ca súa aseguradora qué cobertura ten en Andorra, e no caso de que a crea insuficiente solicite o convenio ca seguridade social.

Aínda que non se faga o trámite de solicitude do convenio, si realmente están cubertos pola seguridade social, van a ter esta cobertura no caso de ser necesaria, pero digamos que si previamente se fai este trámite, é papeleo que se aforra no momento en que se precise.



5. A VIAXE

5.5. RECOMENDACIÓNS



COMO VESTIR PARA FACER ESQUÍ?

5. A VIAXE

5.5. RECOMENDACIÓNS

Ropa para esquiar



Pantalón propio para esquiar (no válido pantalón de chándal).



Leggins o pantys para debajo del pantalón (para los días de mucho frío o por si no se lleva pantalón propio de esquí).



Cazadora o plumífero, no tiene que ser propia de esquí siempre y cuando sea impermeable y de invierno.

Importante que la cazadora llegue hasta un poco más abajo de la cintura.



Polares interiores, es como se llaman las primeras capas que se ponen antes de la cazadora. Si pueden ser térmicas, la primera capa ceñida y pegada al cuerpo y la segunda el típico forro polar.

Es importante llevar varios porque lo normal es que se mojen o se sude bastante.



Calcetines, sirven los calcetines de deporte. Si se puede que sean propios de esquí, que son gruesos y altos pero la parte del tobillo es más ligera.



Guantes de esquí, importante llevar primero los típicos guantes finos de lana de mercería y por encima guantes de esquí.



5. A VIAXE

5.5. RECOMENDACIÓNS

Ropa para esquiar



Bragas o buff para el cuello, es muy importante para el frío y sobre todo para el viento, para cubrir toda la parte del cuello y cara.



Gafas de ventisca propias de esquí (son más grandes que las de sol por lo que tapan más la cara y necesarias para días de frío y viento o días de nevadas o lluvia).



Gafas de sol, no tienen por qué ser propias de esquí, mejor llevar las gafas con cuerda para no perderlas.



Bolsa típica de tela grande de supermercado para guardar las botas de esquí.



Casco de esquí es un elemento obligatorio para esquiar / hacer snow. Lo proporciona la tienda de alquiler.

Al tener la cabeza cubierta con el casco, no son necesarios ni el gorro ni la visera, los cuales no tienen que ser específicos para esquiar. Sin embargo, debemos llevarlos para momentos en los que no se esté esquiando, como por ejemplo durante las pausas para comer.



Crema para el sol y protector de labios.



Cincha para juntar los esquís.



Muñequeras de snowboard es obligatorio utilizar muñequeras de protección de extensión. La mayor parte de las lesiones en la iniciación son en las muñecas.

5. A VIAXE

5.5. RECOMENDACIÓNS





5. A VIAXE

5.5. RECOMENDACIÓNS



**NOME COMPLETO
+
ETIQUETAS ESQUÍ
GRAVADOS CON
ROTULADOR
PERMANENTE**



5. A VIAXE

5.5. RECOMENDACIÓNS

Recomendacións (móvil, diñeiro, etc.)



Móbil: Restricción do tempo de uso.



Diñeiro: non hai porque levar moito diñeiro.

Os únicos gastos non incluídos na viaxe son:

- Almorzo e comida da ida.
- Cea e almorzo da volta. Poden comprar en Andorra bocatas, froita, etc...



Equipaxe: PEDIMOS RESPONSABILIDADE NA ELECCIÓN DO TAMAÑO DA EQUIPAXE.

6. OUTRAS ACTIVIDADES

ENTRADA SESIÓN ESPACIO TERMOLÚDICO CALDEA: 30,5€

<https://www.caldea.com>



Splash

11€



Caldea 2h 30,5€
Martes - Plazas
limitadas previa reserva



Partida de bolos + refresco 9€



Actividades
opcionales
Après-Ski
para añadir



Jumping 10€



Disco light + refresco 10€



Patinaje sobre hielo 18,5€

Todas las actividades están sujetas a disponibilidad al momento de hacer la reserva.
Actividades no incluidas en el paquete. Precios de las actividades a reconfirmar

7. COMUNICACIÓN

❄ REUNIÓN:

MANTEREMOS UNHA REUNIÓN COS/AS ALUMNOS/AS INSCRITOS/AS, DURANTE O RECREO NUNHA DATA A DETERMINAR, PARA INFORMARLLES DE:

- ❄ NORMAS DE COMPORTAMENTO DE CARÁCTER XERAL DURANTE A ACTIVIDADE.
- ❄ NORMAS ESPECÍFICAS EN PISTAS DE ESQUÍ. COLOR PISTAS, REMONTES, FORFAIT...
- ❄ COÑECEMENTOS BÁSICOS DE EQUIPAMENTO E MATERIAL DE ESQUÍ

❄ **A TRAVÉS DO ALUMNADO INSCRITO, FAREMOS CHEGAR AS FAMILIAS A INFORMACIÓN MÁIS RELEVANTE:**

- ❄ CONFIRMAREMOS HORA EXACTA DE SAÍDA DO AUTOCAR, PROFESORADO ACOMPAÑANTE E TELÉFONO DE CONTACTO.
- ❄ ACLARAREMOS AS POSIBLES DÚBIDAS QUE POIDA HABER.

Grazas pola atención

[ies] **ANTÓN**
plurilingüe **LOSADA** **diÉGUEZ**



 **Estiber Cole**
cool experiences