

VIAXE Á NEVE 2010

ESTACIÓN INVERNAL DE SAN ISIDRO (LEÓN)

FECHA DE EXPEDICIÓN:

- 19,20 e 21 de febreiro de 2010

HORARIOS DE SAÍDA:

- Ribeira: 13:15h
- Pobra: 13:30h

DISTRIBUCIÓN DE PRAZAS:

- 27 Concello de Pobra:
- 28 Concello de Ribeira:

O VIAXE INCLUE:

- Traslados en autocar durante todo o viaxe.
- Aloxamento de 2 noites en reximen de pension completa xa sexa en hostel, apartamento ou casa rural en Puebla de Lillo (León) en base a distribución por habitaciónes.
- 2 días de Forfait completo valido para tódolos remontes mecánicos da estación.
- Seguro de accidentes en pista.
- Para quen elixe material de esquí: botas, esquís e bastóns (*snowboard 18€a maiores)
- Para quen elixe clases de esquí: 4 horas de monitor de esquí da federación española de Esquí./2h./día)

PROGRAMA:

Venres 19 de Febreiro de 2010

- Saída da expedición para San Isidro dende os puntos de costume a hora sinalada
- 21:00h -21:30h: Chegada o albergue e reparto de habitacións.

O aloxamento está distribuído entre unha casa de turismo rural, un hostel e un apartamento, dende a organización intentarase respetar os grupos cos que cada un se anota o viaxe pero dependendo do reparto de habitacións pode ser que teñamos que compartir habitación, con outros grupos, adiantando que as habitacións son de 2, 3 e 4 persoas. Entonces quen se anota a viaxe sabe que pode ser que teña que compartir aloxamento.

- 21:30h – 22:00h Recollida do material de esquí.

A recollida de material faremola por grupos, primeiramente o concello da Pobra e logo o concello de Riveira, debemos atender as consignas do persoal cualificado que nos facilita o material para escoller o material adecuado para disfrutar do esquí, tomade conta que un material incomodo amarga o día de esquí.

- 22:30: Cea no Hostel O Tropezon

Sábado 20 de Febreiro de 2010

- 9:00h almorzó
- 9:30h Saída cara as pistas de esquí
- 10:00h Chegada as pistas de esquí
- 11:00h-13:00h: Clases de esquí con monitor, para as clases poñerme no Punto de encontro da escola de esquí
- 13:00h – 13:30h Xantar nas pistas
- 17:40h Peche da estación
- 17:00h Reunión a pé de pista para voltar os aloxamentos
- 20:30 Cea no Hostel O Tropezón

Domingo 21 de Xaneiro

- 9:00h Almorzo
- 9:30h Saída cara as pistas
- 11:00h-13:00 Clases de esquí
- 13:00-13:30 Xantar nas pistas
- 16:30 Reunión a pé de pista para voltar os aloxamentos
- 17:00 Devolución de material e emprender camiño de volta

Cabe salientar que estes horarios poden sufrir variación debido a calquer imprevisto fora da organización pero sempre que se varien se notificara o grupo.

En caso de mal tempo e non apertura das pistas de esquí por meteoroloxía adversa ou demais contratempas, a organización proporcionará tempo libre e non se fai responsable das actividades que cada un realice.

En caso de mal tempo mentres estamos na estación esquiando e a propia estación decide pechar os remontes reuniremonos todo o grupo a pé de pistas para voltar o autobús e volver para os aloxamentos.

A organización non se fai responsable da perda do material alugado, polo tanto aqueles usuarios que perdan ou rompan o material alugado terá que abonalo a empresa arrendataria.

A organización non se fai responsable do mal uso das instalacións, material, e demais contratado, polo tanto cada participante debe facer bo uso do mesmo quedando exenta a organización de calquer percance.

TELEFONOS DE INTERES:

HOSTAL LA PICOTA (Toño y Begoña): 655989502 –987731304-629782914

TELEFONOS INTERES MONITORS CONCELLOS

POBRA: RUBEN 625197002

RIVEIRA: MIGUEL

ESTACION INVERNAL DE SAN ISIDRO (LEÓN)

A Estación Invernal de San Isidro encontrase situada na Cordilleira Cantábrica o Norte da provincia de León e no municie de Puebla de Lillo (comarca do Alto Porma), extendéndose entre unha altitude de 1500 a 2100 m. sobre o nivel do mar. Gracias a súa situación no límite co Principado de Asturias podese acceder a ela tanto desde a vertente leonesa como dende a asturiana. É esta unha estación que da cabida a todo tipo de usuarios independentemente do seu nivel de esquí pois esta adaptada tanto a principiantes como a avanzados ou os mais expertos.

Pouco a pouco e co paso do tiempo, San Isidro foi convertíndose nun dos centros de esquí mais importantes do territorio nacional conseguindo así estar a cabeza das estacións invernais da Cordilleira Cantábrica. De esta maneira, con mais de 23 Km. de dominio esquiable, e con boas posibilidades de ampliación, a estación conta con 24 pistas para a práctica do esquí e do snowboard (2 verdes, 8 azules, 11 rojas e 3 negras) así como cinco rutas fora de pista e un circuito de fondo non balizado.

As pistas e remontes mecánicos están repartidos en catro sectores, Cebolledo, Requejines, Riopinos e Salencias - La Raya, perfectamente comunicados entre sí e, dependendo da zona de que se trate, o esquiador ten a posibilidade de elixir unhas ou outras según e seu nivel de esquí sexa de iniciación, medio ou alto.



Plano Pistas: Sector Cebolledo-Requejines

A estación conta asimesmo con 53 cañons de neve artificial tipo "xirafa" na zona de Cebolledo que aseguran a calidade e cantidade de neve o largo de toda a tempada. Con todo isto o esquí alpino e o snowboard podense practicar nas condicións mais óptimas para o usuario, e as modalidades de esquí de travesía e de fondo seguirán sendo opcionais para quenes buscan o compoñente aventureiro que éstas conlevan.

En San Isidro igualmente se pode disfrutar da sensación de liberdade y tranquilidade de esquiar fora de pista. Algunhas rutas como "Os Tubos do Toneo", "O Valle do Silencio" ou "Pico Agullas" son as preferidas polos amantes de esta modalidade.

Para este tipo de prácticas existen na estación salidas organizadas con grupos de monitores e xente experta que coñece a zona perfectamente e que fan descubrir o esquiador a beleza dos paisaxes que rodean o centro invernal.

FICHA TÉCNICA SAN ISIDRO-LEON:

Pistas balizadas de esquí alpino

Número de Pistas Número de kilómetros balizados

Verdes	2	Kilómetros balizados	
Azules	8	Kilómetros balizados	
Rojas	11	Kilómetros balizados	
Negras	2	Kilómetros balizados	
Total	23	Total	23,8km

Datos numéricos de pistas balizadas

Nombre de la pista	Sector	Longitud
01.- ■ Los Piornos	Salencias	1.020 m
02.- ■ Las Lomas I	Salencias	765 m
03.- ■ Las Lomas II	Salencias	760 m
04.- ■ La Perdiz	Salencias	850 m
05.- ■ La Tortuga	Salencias	1.020 m
06.- ■ Debut. Salencias	Salencias	50 m
07.- ■ F-1	Salencias	620 m
08.- ■ F-2	Salencias	735 m
09.- ■ Los Sentiles	Cebolledo	1.210 m
10.- ■ Gran Cañón	Cebolledo	1.110 m
11.- ■ La Travesía	Cebolledo	1.715 m
12.- ■ El Circo	Cebolledo	1.360 m
13.- ■ El Toneo	Cebolledo	1.360 m
14.- ■ La Solana	Cebolledo	1.320 m

15.- ■ Debut. Requejines	Requejines	130 m
16.- ■ Las Fuentes	Requejines	840 m
17.- ■ Las Liebres	Requejines	1.500 m
18.- ■ Peñanevares	Requejines	1.240 m
19.- ■ El Silencio	Requejines	1.240 m
20.- ■ Del Oso	Riopinos	1.240 m
21.- ■ El Valle	Riopinos	1.650 m
22.- ■ Vegarada Express	Riopinos	1.125 m
23.- ■ Los Cazadores	Riopinos	1.130 m
24.- ■ Tubos del Toneo	Itinerario	1.860 m
25.- ■ De Vuelta	Itinerario	3.100 m

REMONTES:

- Nº total: 12
- Telesquís: 8
- Telesilla biplaza: 2
- Telesilla cuatriplaza: 2

Cotas de la estación:

Cota Máxima: 2.100 metros.

Cota Mínima: 1.500 metros

SERVICIOS EN PISTA:

- 4 Cafeterías en pistas
- Self - Service
- Alquiler de material
- Cuatro máquinas pisapistas
- 53 cañones de producción de nieve
- Motos de nieve
- Zona de trineos
- Amplia cobertura de telefonía móvil (Airtel, Movistar y Amena)
- Megafonía en pistas
- Oficina de información
- Taquillas - Forfait cash

- Equipos de salvamento
- Helicóptero de rescate (Asturias)
- Aseos y teléfonos públicos
- Oficina de objetos perdidos
- Autobuses gratuitos de enlace secotres Salencias - Cebolledo.

NORMAS DE COMPORTAMIENTO PARA ESQUIADORES E SNOWBOARDS APROBADAS POLA FEDERACIÓN INTERNACIONAL DE ESQUÍ:

- 1.- Respeto os demais:** el esquiador ou snowboarder debe comportarse de maneira que non poña en perigo ou perxudique os demais.
- 2.- Control da velocidade e forma de esquiarse:** o esquiador ou snowboarder debe esquiarse de maneira controlada. Adaptar a súa velocidade e forma de esquiarse á súa habilidade e as condicións do terreo, neve e climatoloxía así como a densidade do tráfico nas pistas.

Comentario: as colisións soen estar motivadas por velocidade excesiva, comportamento incontrolado e atención insuficiente a circulación sobre a pista. O esquiador e o snowboarder deben ser capaces de pararse, xirar ou moverse dentro do seu campo de visión. Debe circularse lentamente nos cambios de rasante, o final das pistas e nos accesos os remontes.
- 3.- Prioridad:** o esquiador ou snowboarder que avanza dende atrás debe elixir a súa ruta de maneira que non poña en perigo o esquiador o snowboarder situado diante.

Comentario: o esquí e o snowboard son deportes de evolución libre onde cada un pode ir onde lle parezca respetando as normas e adaptando a súa maneira de esquiarse á súa capacidade persoal e as condicións existentes na montaña. O esquiador ou snowboarder que está diante ten preferencia.
- 4.- Adelantamientos:** el adelantamiento puede efectuarse por arriba o abaixo, derecha o izquierda, pero siempre dejando espacio suficiente para prevenir las evoluciones voluntarias o involuntarias del esquiador o snowboarder adelantado.

Comentario: un esquiador o snowboarder que adelanta a otro asume la responsabilidad de acabar la maniobra sin ocasionar dificultad al esquiador o snowboarder adelantado. Esta norma se aplica incluso al adelantar a un esquiador o snowboarder parado.
- 5.- Incorporación a pistas, inicio do deslizamiento e xiros hacia arriba:** todo esquiador o snowboarder que se incorpora a una pista señalizada reanuda su marcha después de parar o evoluciona hacia arriba, debe mirar arriba y abajo de la pista para asegurarse de que puede hacerlo sin peligro para sí o para terceros.

Comentario: la experiencia demuestra que el acceso a una pista o el reinicio del descenso tras una parada pueden ser causa de accidentes. Es pues absolutamente esencial que el esquiador o snowboarder que se encuentre en esta situación se introduzca en la pista sin causar obstrucciones y sin peligro para sí mismo o para los demás.
- 6.- Paradas en pistas:** a menos que sea necesario, el esquiador o snowboarder debe evitar detenerse en los pasos estrechos o de visibilidad reducida de las pistas. En caso de caída en dichos lugares debe apartarse y dejar libre la pista lo antes posible.

Comentario: excepto en las pistas anchas, las paradas deben hacerse en los bordes de la pista. No debe pararse en sitios estrechos o donde sea difícil ser visto desde arriba.

7.- Ascensos y descensos a pie: el esquiador o snowboarder que ascienda o descienda a pie debe hacerlo por el lateral de la pista.

Comentario: el movimiento en sentido contrario al de la circulación general supone obstáculos imprevisibles para los esquiadores y snowboarders. Las huellas de pies dañan la pista y son peligrosas para los esquiadores y snowboarders.

8.- Respeto del balizamiento y la señalización: el esquiador o snowboarder debe respetar todas las señales y balizamientos.

Comentario: las pistas están balizadas según su grado de dificultad decreciente en negro, rojo, azul y verde. El esquiador o snowboarder es libre de elegir la pista que desea. Las pistas están también equipadas con otras señales que indican dirección o avisan de peligros o cierre. Las señales de cierre de pista o de advertencia de peligro deben ser imperativamente respetadas.

9.- Prestación de auxilio: en caso de accidente todo esquiador o snowboarder tiene la responsabilidad de prestar socorro.

Comentario: un principio fundamental para todos los deportistas obliga a prestar asistencia en caso de accidente, con independencia de cualquier obligación jurídica. Consiste en prestar los primeros auxilios al accidentado, alertar al servicio de salvamento y señalar el lugar del accidente para alertar a otros esquiadores y snowboarders. La FIS espera que el esquiador o snowboarder que huya sin identificarse tras ocasionar un accidente incurra en responsabilidad penal al igual que sucede con los accidente de tráfico, y que todos los países donde su legislación aún no lo ha tipificado como delito, acaben imponiendo sanciones equivalentes.

10.- Identificación: todos los esquiadores o snowboarders testigos de accidente, sean o no responsables del mismo, deben identificarse e intercambiar nombres y direcciones.

Comentario: los testigos son de gran importancia para redactar un informe completo y acertado de un accidente, por lo que todos deben cumplir con este deber moral de persona responsable e informar como testigo. Los informes de los servicios de salvamento y la policía así como las fotos ayudan considerablemente a determinar las eventuales responsabilidades