

INFORMACIÓ POLLETS C

HORARI: 8h45 a 13h30

(important puntualitat per poder dur a terme una bona feina i per respecte als companys i entrenadors)

Si per algun motiu EXCEPCIONAL s'ha de recollir el nen en horari d'esquí, sempre haurà de ser a l'hora d'esmorzar, amb un previ avís cap al seu entrenador, la Mònica o el Xavi.

ESMORZAR: 10H30 - 11H (durada 30min)

Començarem esmorzant a la Sala de picnic de Soldeu situada sota el bar.

És important que esmorzin bé a casa: suc o llet + entrepà o galetes o cereals. Si un nen li és difícil menjar a primera hora es podria complementar portant una barreta energètica o fruits secs a la butxaca de l'anorac.

Esmorzar de pistes: important que sigui fàcil de menjar pel nen, entrepà de pa de motllo/fruita/barretes energètiques/suc/batut de xocolata/aigua ...

IMPORTANT:

- **Que sempre quedi una ampolla d'aigua a la motxilla de les botes per quan acabem d'esquiar.**

ROBA: Els nens han de venir ben abrigats a pistes, sempre és millor tenir opció de treure roba que no que ens en falti.

Samarreta interior / samarreta + pantalon tèrmic / mitjons / jersei o jaqueta polar / pendeló i anorac d'esquí.

IMPORTANT:

- **Llevat de els fruits secs i/o barreta energètica i mocadors, a les butxaques de la roba no es pot dur res més, és per la seguretat del vostre fill/a.**
- **Tot ha d'estar marcat amb el nom del nen (anorac, esquís, casc, bastons quan en portin, calçat de descans, ...).**

Tema muda: els pares que vulguin ens poden donar la seva conformitat per que puguem canviar els seus nens/es en cas de pipis, mitjançant una autorització firmada i l'entrega d'una muda (calçotets o calces + pantalon xandall o malles + mitjons) dins d'una bossa amb el nom.

És aconsellable que es provi el material a casa. En el cas de les botes, provar-les més d'un dia i fer que el nen/a camini amb elles.

Començar a acostumar els nens a que s'han de posar crema cada matí faci sol o no, ja que esquem a molta alçada, el sol i el vent son molt nocius per la pell.

MOTXILA DE BOTES: botes + casc + ulleres + buff + guants

(la tortuga és opcional, sempre i quan sigui el bon tamany del nen)

FORFAIT: EL NEN QUE NO TINDRÀ EL FORFAIT NO PODRÀ ESQUIAR

COMENÇAREM A ESQUIAR SENSE BASTONS!!!