

## **ESTANCIAS DE AVENTURA EN LOS PIRINEOS**

**ALBERGUE DE VILLANÚA (HUESCA)**

**ALBERGUE EL PUEYO DE JACA (HUESCA)**



## LUGAR

Uno de los albergues propuestos está situado en Villanúa , junto al Camino de Santiago. La ciudad de Jaca se sitúa a 12 kilómetros por la N-330.

En “Ibón de Plan” llevamos ya 4 temporadas trabajando en este albergue, que ofrece muchas comodidades y está muy bien situado para poder realizar gran diversidad de actividades.

Tendremos a nuestra disposición todas sus instalaciones para realizar las actividades.

- Habitaciones de 4 en literas (sábanas y mantas incluidas)
- Aseos y duchas.
- Pensión completa
- Sala multiusos y zonas de juegos



La segunda opción es el albergue de El Pueyo de Jaca, situado en el valle de Tena y con unas condiciones muy similares al anterior. En este caso, la ciudad de referencia más cercana es Sabiñánigo.

Tendremos a nuestra disposición todas sus instalaciones para realizar las actividades.

- Habitaciones de 4 en literas y habitaciones múltiples (sábanas y mantas incluidas)
- Aseos y duchas.
- Pensión completa
- Sala multiusos y zonas de juegos



## FECHAS

Las fechas se adecuarán a cada grupo, así como los horarios de entrada y salida.

## ORGANIZACIÓN Y MEDIOS PERSONALES

Esta actividad está organizada por “Ibón de Plan”. Contará con 1 director de tiempo libre titulado, que coordinará las actividades y será la referencia allí. Además, cada actividad de aventura será guiada e interpretada por uno o más guías, atendiendo a los ratios establecidos por la normativa legal vigente o en su defecto por normas de calidad internas. Los guías serán **guías de montaña titulados** con conocimientos en primeros auxilios.

Todas las actividades **incluyen**, además, seguros de responsabilidad civil y accidentes, material técnico colectivo e individual y botiquín de primeros auxilios.

Contaremos con un vehículo de apoyo durante la actividad, por si hubiera que ir al médico con algún alumno o para tareas de logística.

## PARTICIPANTES

Estas actividades se plantean para edades a partir de 5º de primaria, si bien pueden adaptarse las actividades a edades más tempranas o diseñar nuevas actividades.

## OBJETIVOS

Nos planteamos un doble objetivo. Por un lado que los alumnos disfruten de una semana de aventura, convivencia y diversión realizando actividades en contacto con la naturaleza. Por otro lado, aprovechar esta situación para que los chavales conozcan nuevos lugares y aprendan nuevos aspectos relacionados con la montaña.

## DISTRIBUCIÓN

En ambos albergues la distribución es en habitaciones con literas. Las de menor número están reservadas a los profesores, mientras que las múltiples están enfocadas a los alumnos. En algunos casos existen habitaciones individuales (siempre para profesores)

Respecto a las actividades, se realizarán grupos viables desde el punto de vista organizativo. Si hacemos por ejemplo una vía ferrata, hacerlo con 100 a la vez es inviable desde todos los puntos de vista. Es por eso que proponemos hacer grupos de actividad y que vayan rotando. En los diferentes pack que ofrecemos ya señalamos la distribución óptima.

## MEDIDAS EN CASOS DE EMERGENCIA

En caso de enfermedad, lesión... el participante será conducido al médico de cabecera del Centro de Salud más cercano (en este caso, Jaca o Biescas según localización). En caso de tener que realizar un

ingreso hospitalario, una operación de urgencia (apendicitis, caída...) etc, el hospital de referencia es el de Jaca y/o el de Huesca según el caso a tratar. **Es imprescindible llevar la tarjeta sanitaria.**

## **ALIMENTACIÓN**

Toda la manutención corre por cuenta del albergue, que nos proporciona la pensión completa, en cuyas cocinas nos realizarán todas las comidas (desayuno, comida y cena).

Habrà que informar de cualquier asunto relacionado con la alimentación. Es importantísimo conocer los casos de alergias, intolerancias a la lactosa, celíacos...para poder actuar en consecuencia y poder adaptar un menú para cada caso.

## **ACTIVIDADES A REALIZAR (SIMULACIÓN EN EL CASO DE ALOJAMIENTO EN VILLANÚA. EN EL CASO DE EL PUEYO ES MUY SIMILAR)**

### **PACK 1: TALLER DE RAPEL + VÍA FERRATA + RUTA**

Capacidad: 50 personas por turno o jornada

Descripción de la Actividad:

Se divide al grupo en 3 subgrupos de 25, 12 y 13.

- RUTA Interpretativa: 25 alumnos parten con uno de los guías para realizar la Ruta de la Estación de Canfranc. Una sencilla ruta senderista con visita a las entrañas de una impresionante estación de tren de principios de siglo XX con grandes historias y leyendas (paso fronterizo, contrabando, el control nazi, la dictadura...).
- Taller de RAPEL y Ascenso por VIA FERRATA: 12 alumnos realizarán un taller de rapel, técnica utilizada en el descenso de paredes verticales con uso de cuerda y material técnico específico. Los otros 13 disfrutarán de una de las actividades de aventura de moda, el ascenso por vía ferrata, una manera de acercarnos al ascenso por pared vertical sin la necesidad de escalar la pared con nuestras manos, sino utilizando los materiales artificiales instalados a tal efecto.

Duración: Rotación de actividades por la mañana y por la tarde. Jornada completa



## **PACK 2: ESQUÍ NÓRDICO + RAQUETAS DE NIEVE + GYMKANA DE NIEVE**

Capacidad: 50 personas por turno o jornada

Descripción de la Actividad:

Se divide al grupo en 3 subgrupos de 17, 17 y 16.

- **ESQUÍ NÓRDICO:** Los alumnos aprenderán a deslizarse con los esquís por la nieve, esquí de fondo, disfrutarán de dos horas de clase en grupo con un monitor titulado de la Escuela Española de Esquí. Les incluimos el alquiler de material técnico y también el pase de acceso a pistas.
- **RAQUETAS DE NIEVE:** Uno de nuestros guías de montaña dirigirá al grupo por una ruta invernal por bosques y laderas nevadas, utilizaremos para ello las raquetas de nieve.
- **GYMKANA INVERNAL:** Para completar la jornada no podía faltar una sesión de juegos y retos en la nieve.

Duración: Rotación de actividades de 9 a 11 horas, de 11 a 13 horas y de 15 a 17 horas



## **PACK 3: RAID DE AVENTURA – ORIENTACIÓN**

Capacidad: 100 personas

Descripción de la Actividad:

Se divide al grupo en pequeños equipos que deberán buscarse un nombre de equipo y caracterizarse como ellos quieran.

La actividad consta de la participación en una “carrera” de orientación a pie donde los equipos deberán enfrentarse al reto de localizar el mayor número de balizas posible, cada una con una puntuación determinada, sobre un mapa, utilizando incluso la brújula. Además los equipos obtendrán puntos extra por la participación en una serie de “pruebas especiales” tales como un circuito de habilidad con bicicleta, tiro con arco, equilibrio en slackline, rapel con cuerda... entre otras sorpresas.

Duración: Media jornada

#### **PACK 4: BARRANCO SECO – PIRAGÜISMO – RUTA O TALLER**

Capacidad: 50 personas por turno

Descripción de la Actividad:

Se divide al grupo en 2 subgrupos de 25 y 25.

- **BARRANQUISMO:** Descenso de un Barranco seco. 25 alumnos. Nos desplazaremos en furgoneta hasta un desfiladero próximo para disfrutar de la actividad estrella, el barranquismo. Descenderemos con ayuda de las técnicas de rapel con cuerda y destrepe, un barranco no acuático. En temporada estival puede plantearse barranco acuático.
- **PIRAGÜISMO:** Junto con nuestro guía los alumnos aprenderán la técnica del paleo en piraguas abiertas, juegos y retos colectivos para dominar el manejo de las embarcaciones para acabar disfrutando de una pequeña travesía acuática.
  - Ruta a Pie o Taller: Mientras nuestros compañeros disfrutan en el agua, aprovecharemos y esperaremos nuestro turno disfrutando de una pequeña ruta senderista o un taller de aventura.

Duración: Rotación de actividades por la mañana y por la tarde. Jornada completa



#### **PACK 5: RUTA A CABALLO + QUADS + TIRO CON ARCO**

Capacidad: 40 personas por turno

Descripción de la actividad:

Dividiremos a los grupos en grupos de 10 y se irán rotando para realizar las actividades, habiendo un grupo que descansa en cada turno (almuerzo, comida o incluso se puede plantear una gymkana en las instalaciones donde se realiza esta actividad).

- **RUTA A CABALLO:** Los monitores del centro hípico nos explicarán todos los aspectos a tener en cuenta a la hora de montar a nuestro caballo (la técnica, la actitud, el trato al caballo...), para posteriormente realizar un recorrido de unos 40 minutos de duración por el valle.

- **CIRCUITO DE QUADS:** En esta actividad, realizada en un circuito privado, se realizará una explicación y demostración de la técnica de conducción, para a continuación realizar unas pruebas de capacidad y salir al circuito. Poco a poco los alumnos irán familiarizándose con el quad y a las pocas vueltas dominarán el fácil y controlado **derrape** de estos vehículos.
- **TIRO CON ARCO:** En esta actividad enseñaremos la técnica en el uso del arco, realizaremos varios disparos para ensayar y realizaremos un torneo entre los participantes.

Duración: 4 horas



### **OTRAS ACTIVIDADES PARA COMPLETAR:**

#### **PARQUE DE AVENTURA LA GABARDA**

Está situado a hora y media de Villanúa (similar duración desde el Pueyo) en bus y se puede plantear ir a pasar allí el día completo, realizando diferentes actividades. Lo que más llama la atención es el circuito de arborismo "Aventura", que cuenta con dos grandes tirolinas de 125 metros de longitud y 12 de altura en su punto máximo. Otros 10 juegos completan este recorrido (puentes colgantes, liana, pasos de cuerdas, troncos...).

Esta actividad se puede completar con un torneo de tiro con arco, con la actividad de paintball puntería a diferentes objetos, (no batalla, ya que es para mayores de 16 años), con una pequeña ruta senderista por las formaciones de areniscas o con juegos y dinámicas como el "Juego de los retos", juego en el que los participantes se van retando 2 a 2 para realizar diversas pruebas de habilidad.



## **JORNADA EN JACA**

Se puede plantear ir un día a Jaca, capital del valle, que cuenta con un importante patrimonio histórico además de numerosos equipamientos deportivos y comerciales. Sería una jornada deportiva y cultural.

En esta jornada plantearíamos una visita a la Ciudadela, fortaleza militar de la época de Felipe II que actualmente sigue siendo un acuartelamiento. Se realiza una visita guiada explicando su historia.

Posteriormente se podría dejar tiempo a los alumnos, ya que son numerosos los comercios de recuerdos que allí existen.

Por la tarde iríamos a la pista de hielo a patinar. Es una actividad muy divertida que seguro que algunos ya practican sobre ruedas. La entrada incluye también el alquiler de los patines.



## **CUEVA DE LAS GÜIXAS**

A 200 metros del albergue donde nos alojamos, se localiza el centro de interpretación de las cuevas de las Güixas, ejemplo de las formaciones kársticas existentes en las zonas calizas del Pirineo.

Su visita consiste en la visualización de un reportaje y de una visita a un simulador de gruta, para posteriormente tener una visita guiada por el interior de la gruta. Su duración aproximada es de 2 horas y se realizaría también en grupos de unos 50 (mientras la mitad están en el centro de interpretación, la otra mitad está en las cuevas.)



## **PARQUE FAUNÍSTICO LACUNIACHA**

En este parque podemos realizar un recorrido de unas 3 horas, observando diferentes especies de flora y fauna, acompañados de un guía. El sendero está trazado de forma que nos permite visitar todos los recintos donde vive la fauna que puebla el parque.



## **CAMINO DE SANTIAGO**

El tramo del Camino de Santiago entre Canfranc - Estación y Villanúa es un trayecto que siempre hacemos en los campamentos. Es una excursión de unos 8 kilómetros siguiendo el camino, que atraviesa zonas forestales, arroyos... y que discurre por los núcleos de población de Canfranc Estación, Canfranc pueblo (a mitad de camino) y Villanúa.



## **ENLACES A LAS PÁGINAS WEB DE LAS EMPRESAS**

Os dejo los enlaces de las diferentes webs para que podáis analizar con más detalle las instalaciones, actividades, imágenes, formas de trabajar...de cada una de las entidades que participarían en esta semana, ofreciendo actividades y/o servicios:

La coordinación y organización se realiza por parte de Ibón de Plan: [www.ibondeplan.es](http://www.ibondeplan.es)

Albergue Juvenil de Villanúa: <http://www.alberguevillanua.es/index.php>

Albergue Vista Alegre de El Pueyo de Jaca: <http://www.alberguedelpueyo.es/index.php?lang=es>

Actividades de aventura (Pack 1 a 4): Guara Norte SL: <http://guaranorte.es/>

Actividades pack 5: Centro hípico “El Pesebre”: <http://www.caballoselpesebre.es/>

Parque Aventura “La Gabarda”: <http://www.lagabarda.com/>

Pista de Hielo de Jaca: <http://www.pabellondehielojaca.com/>

Parque faunístico Lacuniacha: <http://lacuniacha.es/>

Cueva de las Güixas: [http://www.turismovillanua.net/turismo\\_villanua\\_pirineos.php?idRec=16](http://www.turismovillanua.net/turismo_villanua_pirineos.php?idRec=16)

### **OPCIONES DE ACTIVIDADES Y COSTE**

Una vez vistas las diferentes actividades, podemos elaborar numerosas alternativas en función de vuestros intereses.

Todas ellas incluyen el alojamiento en pensión completa (desayuno, comida y cena) y la presencia continua del coordinador de la semana.

Planteamos varias opciones diferentes a modo de ejemplo para grupos de 50 alumnos, pero como digo, podemos elaborar otra con las actividades que más os apetezcan y para otras cifras de asistentes.

#### **ESTANCIA DE 5 DÍAS**

**Opción 5A:** Esta sería la opción de mayor coste, con las siguientes actividades:

- Pack 3 (Raid Aventura y orientación)
- Pack 4 (Barranquismo en seco + Piragüismo + Ruta o taller)
- Pack 5 (Ruta a Caballo + Quads + Tiro con arco)
- Pack 2 (Esquí nórdico + Raquetas de nieve + Gymkana)
- Visita cueva de Güixas

Precio por alumno: 299 euros

**Opción 5B:** Esta sería la opción de menor coste:

- Pack 3 (Raid Aventura y orientación)
- Pack 4 (Barranquismo en seco + Piragüismo + Ruta o taller)
- Jornada en Jaca (Visita ciudadela + Pista de Hielo)
- Canfranc (visita estación y búnkeres + Camino Santiago)
- Visita cueva de Güixas

Precio por alumno: 223 euros

Entre estas dos opciones de máximos y mínimos existen tantas como queramos. Por ejemplo:

**Opción 5C:**

- Pack 1 (Taller de Rapel + Vía ferrata + ruta)
- Pack 3 (Raid Aventura y orientación)
- Jornada en Jaca (Visita ciudadela + Pista de Hielo)
- Pack 4 (Barranquismo en seco + Piragüismo + Ruta o taller)
- Visita cueva de Güixas

Precio por alumno: 239 euros

**Opción 5D:**

- Pack 2 (Esquí nórdico + Raquetas de nieve + Gymkana)
- Pack 3 (Raid Aventura y orientación)
- Pack 4 (Barranquismo en seco + Piragüismo + Ruta o taller)
- Jornada en Parque de aventura La Gabarda
- Visita cueva de Güixas

Precio por alumno: 277 euros

**ESTANCIA DE 3 DÍAS**

**Opción 3A:** Esta sería la opción de mayor coste, con las siguientes actividades:

- Pack 2 (Esquí nórdico + Raquetas de nieve + Gymkana)
- Pack 5 (Ruta a Caballo + Quads + Tiro con arco)
- Jornada en Parque de aventura La Gabarda

Precio por alumno: 214 euros

**Opción 3B:** Esta sería la opción de menor coste, con las siguientes actividades:

- Jornada en Jaca (Visita ciudadela + Pista de Hielo)
- Pack 3 (Raid Aventura y orientación)
- Visita a Cueva de las Güixas
- Jornada en Parque de aventura La Gabarda

Precio por alumno: 140 euros

**Opción 3C:**

- Jornada en Jaca (Visita ciudadela + Pista de Hielo)

- Pack 4 (Barranquismo en seco + Piragüismo + Ruta o taller)
- Jornada en Parque de aventura La Gabarda

Precio por alumno: 152 euros

TODOS LOS PRECIOS SON CON IVA INCLUIDO Y NO INCLUYEN TRANSPORTE.

### **MATERIAL A LLEVAR POR LOS PARTICIPANTES**

Os pasaremos un listado completo que ayude a los alumnos a hacer la maleta, con aquellas cosas necesarias.

### **ASPECTOS A CONSIDERAR**

Todas las actividades están aseguradas, tanto por seguro de Responsabilidad Civil propio, como por los seguros de las empresas con las que trabajamos.

Todas las actividades de aventura son de iniciación, por lo que la elección de los itinerarios es adecuada para personas que nunca han realizado este tipo de actividades.

### **FORMA DE PAGO**

Acordaremos la forma de pago habitual por vuestra parte.

### **CONTACTO**

Para más información o para cualquier aclaración, estamos disponibles en el teléfono 676 911 990 y en la dirección de correo [info@ibondeplan.es](mailto:info@ibondeplan.es).

Contamos con página web ([www.ibondeplan.es](http://www.ibondeplan.es)) y perfil en facebook (ibon de plan).

ACTIVIDADES EDUCATIVAS - OCIO - TIEMPO LIBRE