

# Roser ics ela

SORTIDA DEL 2N TRIMESTRE  
15-16 març. Gisclareny

# SORTIDA ACTIVITAT

15-16 març. Gisclareny

Cap de setmana a Gisclareny on podrem gaudir de la família en un entorn especial fent diferents propostes i activitats. Es tracta d'una petita convivència on durem a terme activitats de muntanya i lleure. Ens esperen paisatges i vistes úniques!

La proposta d'activitat està dissenyada per a persones que tinguin un mínim d'experiència caminant en muntanya.



Vista Gisclareny

## QUÈ CAL PORTAR?

### Àpats



- Dinar, berenar i sopar de dissabte
- Algun snack per la muntanya
- Cantimplora. Mínim 1,5L

### Roba personal



- Roba per als propers dies
- Calçat còmode de muntanya
- Roba d'abric
- Paravents i impermeable

### Higiènia



- Tovallola
- Utensilis mín. d'higiènia personal
- Sac de dormir / llençols
- Coixinera i baixera

### Altres / Recomanable



- Buff
- Gorra i ulleres pel Sol
- Lots / preferiblement frontal

## DESCRIPCIÓ DE LA SORTIDA

### Dissabte

Ens trobarem a les 9.30h a la plaça del Raval, a Bagà. Allà farem la presentació i començarà un joc de descoberta ple d'enigmes pel nucli antic d'aquesta vila. Al finalitzar aprofitarem per fer un resum detallat del dia.

Tot fent un parell de parades, arribarem a dinar a Gisclareny, on farem la instal·lació i oferirem dues propostes de tarda (una de muntanya i una d'altra de lleure).

Ben sopats, farem una petita dinàmica que finalitzarà amb el briefing de l'endemà.

### Diumenge

Esmorzarem a la casa i ens prepararem per una excursió per la natura. En ple parc natural del Cadí les opcions son infinites, però ben segur que el nostre recorregut ens regalarà paisatges i vistes d'ensomni.

En finalitzar, ens dirigirem per realitzar el joc de cloenda a l'últim punt de trobada, on dinarem i farem el tancament de l'activitat.



Adou de Bastareny

# INSCRIPCIÓ

15-16 març. Gisclareny

Per realitzar la inscripció, és necessari estar inscrit en el programa XL o el curs d'esplai . A més a més, obrim un formulari en línia on poder realitzar la inscripció de la sortida.

És un formulari amb el programa del centre i, per tant, hi ha dades que semblaran per a infants. Serà necessari omplir les obligatòries.

## ENLLAÇ INSCRIPCIÓ



També pots fer la inscripció seguint aquest enllaç:

<https://bit.ly/4h-c62J6>

## COST

L'activitat tindrà un cost de 28€ per persona.

Aquest inclou la pernocta, material, assegurança, l'esmorzar i dinar de diumenge.

*El transport es realitzarà amb vehicle privat a càrrec de cada participant.*



## BONES PRÀCTIQUES

15-16 març. Gisclareny



La participació és clau per al bon funcionament i clima de grup. En el plantejament d'activitats caldrà estar amb actitud proactiva.



Durant la sortida visitarem espais naturals. Seguint amb els ODS i els criteris generals de l'entitat, procurarem deixar aquests sempre en millor condició dels que l'hem trobada.



Les tasques comunes son responsabilitat de totes. Per al bon funcionament cal estar al servei dels altres. Pot ser que s'organitzin serveis i repartició de tasques durant l'estada.



En els espais d'activitat no es permetrà l'ús d'alcohol o altres substàncies nocives com el tabac. Cal tenir en compte el caire de trobada que estem realitzant.



Caminar, jugar, cantar, ballar, córrer, saltar, riure, emocionar-te... Cada proposta és una aventura. Viu-la al 100% i gaudeix d'ella.



El passa al grup d'XL, sempre es quedarà a l'XL.



Aquesta activitat compta amb el suport i la col·laboració de:

