



ATIVIDADES EXTRAESCOLARES
ZORLAK SURF ESCOLA

UN POUCO SOBRE NOS

Zorlak Surf Escola imparte clases de surf dende o 2016, durante todo o inverno (os fins de semana actividades extraescolares semanais) e durante todo o verán na praia de Montalvo, e nace ligada a fábrica de taboas Zorlak Surfboards, con mais de 30 anos facendo taboas de alta competición e personalizadas.

Buscamos mostrar o surf coma algo mais ca un deporte, mais ben un estilo de vida, en contacto co entorno natural e desarrollando unha actividade saludable, mais ca unha escola somos una familia.



UN POUCO SOBRE NOS



Por iso estamos comprometidos co surf de maneira ambiental e social, fomentando o deporte inclusivo realizando eventos e bautismos de surf para distintas fundacións, así coma cos institutos da zona realizando charlas sobre surf en Galicia e no mundo, proxeccións de vídeos e sorteos, ademáis prácticas de surfskate, achegando o surf os rapaces coma outra alternativa de deporte e dando a oportunidade de practicar surf coma unha actividade extraescolar.

Tamén realizando eventos na Praia de Montalvo coma o día de surf e yoga, exhibición de Surfskate (circuito con rampas no parking) e charlas de primeiros auxilios.

UN POUCO SOBRE NOS



Na parte ambiental, buscamos concienciar e informar os nosos alumnos da necesidade de coidar e preservar os nosos entornos naturais, polo que realizamos recollidas de basura na Praia, charlas sobre medioambiente e consellos para a reciclaxe.

O noso traballo tamén esta comprometido co surf coma deporte profesional, esponsorizando rapaces galegos e de fora que están na alta competición, así como participar activamente coa Federación Galega de Surf patrocinando eventos, e tamén organizando o Rock and Long, un campionato open e proba do circuito de España de long board.

ATIVIDADE DE SURF

As clases terán lugar na Praia que teña as mellores condicións de olas para ese día, adaptándonos os distintos niveis dos alumnos e o mar, sempre dentro do litoral entre Sanxenxo e O Grove (Canelas, Montalvo, Foxos, A Lanzada, Bizocas e Silgar).

As clases dividense en 30 min quecemento, seguridade e teoría e práctica na área, 1h 20 min actividade na auga, 10 min estirar e volta a calma.

Tamén completaremos as clases de surf con días de surfskate e práctica de equilibrios, desa maneira mesmo os días de malas olas poderemos practicar.



As clases inclúen material (taboa e traxe de neopreno), seguro, monitor por cada 7 alumnos e iva.

ATIVIDADE DE SURF



Os días das extraescolares de fin de semana serán flexibles según as condicións do mar acordando o mellor para o grupo, podendo ser sábado ou domingo e previamente consensuado cos alumnos.

Todo o material esta desinfectado con Neoprean clean, producto oficialmente recomendado pola Federación Galega de Surf e pola Federación Española de Surf especial para o protocolo covid-19.

Transporte Lúns e Martes:

O transporte saírá dende o centro de estudos as 15h e a volta será as 19:30H (o horario da volta non é tan exacto xa que dependerá da Praia na que demos a clase).

A rutina é coller o material na escola, ir a praia, dar a clase, voltar o material e volta o centro.

ATIVIDADE DE SURFSKATE

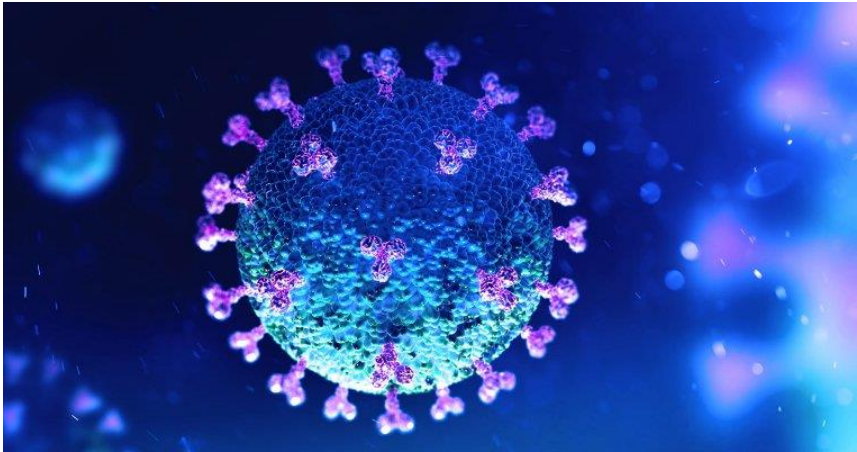


O Surfskate é un deporte que nace da búsqueda de simular o surf sobre o chan, evolucionando dende os antigos skateboards, ata o que coñecemos coma surfskate. Prácticas coma se fose surf sobre rodas, facendo giros e trucos de surf, sendo moi divertido a par que practicas o equilibrio e control do aparato psicomotriz en desenvolvemento.

A actividade fariase no pavillón do instituto e inclúe material (casco, proteccións de extremidades e surfskate), seguro e monitor por cada 7 alumnos.

Por protocolo covid-19, recomendaríamos usar proteccións individuais e propias dos alumnos.

PROTOCOLO COVID 19



- Resxistro diario dos alumnos que van a clase así coma da temperatura que teñen.
- Separación nas clases por grupos e monitores.
- Desinfección do material tras cada sesión de surf cun produto especial para o protocolo covid, recomendado pola Federación Galega de Surf.
- Uso obligatorio da mascarilla ata o mesmo comezo da actividade.
- Desinfección de mans con hidroxel antes e despois de facer uso do material.
- Distanciamento entre alumnos tanto fora coma dentro da auga.
- Uso individual de crema solar, toallas, chanclas, bebidas, etc...
- Tomarse a temperatura antes de vir a actividade.

A PROPOSTA

Instalación	Grupo	Idades	Días	Horas	Prazas	Nivei
Surf/Praia	1	De 12 a 15 anos	Lúns	16h a 18h	7	Todos
Surf/Praia	2	De 12 a 15 anos	Martes	16h a 18h	7	Todos
Surfskate// Pavillón	3	De 12 a 15 anos	Martes	19:30h a 20:30h	7 o más	Todos
Surf/Praia	4	De 15 a 18 anos	Fin de Semana	Praia	S/N	Todos

Grupos mínimos de 5 alumnos por clase, excepto extraescolares de fin de semana.

O prezo das clases é o seguinte:

Surf Lúns/Martes: 1 clase á semán (calendario escolar) con transporte dende o centro 75 euros mes/alumno con iva/Socio da ANPA 55 euros.

Surf fin de semana: 1 clase á semán (calendario escolar) 60 euros mes/alumno con iva/Socio da ANPA 40 euros

Surfskate os Martes: 1 clase á semán (calendario escolar) 40 euros mes/alumno con iva/Socio da ANPA 25 euros

Os días das clases podemos ver de amplialos según a resposta do alumnado.

CONTACTO



603 622 257



@zorlaksurfescola



Zorlak Surf Escola



info@zorlaksurfescola.com