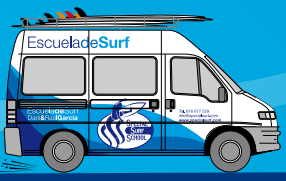


Surf Camp Fin de Semana (Asturias)



Sponsors:



Informate ya en: info@specialsurf.com • 616 677 529

www.specialsurf.com

Abierto todo el año • Abierto todo el año • Abierto todo el año • Abierto todo el año

Special Surf School 2010

La escuela Special Surf fue creada en el año 2004 por Dani y Raúl García, dos de los más reconocidos y carismáticos surfers de Europa. Estos hermanos llevan más de 25 años surfeando y viajando por las mejores olas del mundo, cosechando títulos o simplemente disfrutando de diferentes mares y culturas.

Decidieron crear la escuela para ofrecer algo diferente, algo que mostrase a la gente el verdadero espíritu del surf, algo que estuviera relacionado con el estilo de vida que lleva cualquier surfer del mundo, algo en el que la gente aprendiese de verdad a surfear, a conocer un medio tan cambiante como es el mar y a mostrarles la importancia de la seguridad en el agua, sin importar el nivel que tuvieran.

Para cumplir dicho objetivo, desde un principio, han tratado de rodearse de los mejores instructores, respetados surfers, que puedan transmitir la cultura del surf, además de enseñarte a surfear. De esta manera podrás aprender con los mejores y tu nivel de surf subirá de manera rápida y efectiva.

Es por ello que las prestigiosas marcas Australianas, Billabong, Kustom y Element confiaron en nosotros como escuela oficial.



Un grupo de alumnos e instructores del Surf Camp 2009



Novedad
Surf Camp
Rampa Skate



Raúl García en Canarias. Raúl es free surfer, big wave rider y Team Manager de Billabong España.



Dani García en Maldivas. Dani es deportista de élite C.S.D desde el año 2000, varias veces Campeón de España y Campeón de Europa de surf.

Surf Camp de Fin de Semana

Todos los instructores y alumnos de Special Surf coinciden en que el mejor lugar para poder transmitir nuestros conocimientos es en el surf camp.

Special Surf School lleva realizando con éxito este surf camp desde el año 2004, y cada año tratamos de superarnos. Nuestro mayor aval es la gran cantidad de alumnos que repiten año tras año, animando a nuevos amigos.

Special surf camp va dirigido a todo el que desee vivir unos días de surfing en Asturias. Podrás hacer buenos amigos y pasarlo en grande junto a todos los instructores. No importa si quieres iniciarte o bien si aspiras a perfeccionar tu surf y mejorar su técnica.

Trabajamos con grupos reducidos (7 máx. por instructor), separados adecuadamente por niveles (iniciación, perfeccionamiento y competición). Las clases tienen una duración de 2h 30min a 3h., con video correcciones y el uso de nuestros cascos radio receptores, con los que el instructor podrá comunicarse con el alumno que está en el agua en tiempo real, estos cascos aportan una gran cantidad de oportunidades y beneficios para la enseñanza del surf.

Por supuesto, nuestros instructores están dotados de titulaciones tales como nivel II de instructor de surf homologado por la ISA (Internacional Surfing Asociation), primeros auxilios, salvamento y socorrismo acuático. Además, nuestros instructores tienen amplia experiencia en la enseñanza ya que están con nosotros desde que se fundó nuestra escuela y llevan surfeando más de 15 años. Algunos de ellos son Extitxu Estremo (Campeona europea), Iván Villalba (Subcampeón de Asturias) etc....

EL Surf Camp INCLUYE:

- Alojamiento en chalet situado en Parque Natural en primera línea de playa en la localidad de Rodiles (Villaviciosa, Asturias) a 15 minutos en coche de Gijón y 20 de Oviedo.
- Todas las comidas del día:
 - Desayuno en la casa: zumos, leche, cola-cao, galletas, fruta, pan, mermelada, mantequilla, cereales...
 - Comida en la casa: bocadillos calientes variados con ensaladas y postre.
 - Cena en un restaurante cercano (500 m.): será muy variada, arroz, espaguetis, carne,....
 - En todo momento estará a disposición y sin límite en la casa: Fruta, zumos, leche, cola-cao, cereales...
- Clases de Surf: 3 horas todas las mañanas (seis días, de lunes a sábado) en la playa en frente de la casa, con la posibilidad de cambiarse el traje en la propia casa.
- Por la tarde: baño libre (2-3 horas) supervisado por instructores.
- Actividades opcionales, algunas de ellas con cargo extra. Consultar precios.
 - Descenso del Sella en canoa.
 - Paint-Ball.
 - Pilates para el surf y yoga.
 - Danza hawaiana.
- Posibilidad de conocer otras playas.

Características del chalet:

- Seis habitaciones, dos baños, cocina muy amplia y salón.
- 2.500 m2 de terreno llano con árboles frutales.
- **Rampa de skate de 8 x 5 m.**, cama elástica, bolera, volley-ball, ping pong y porterías.
- Calefacción y agua caliente de gasoleo.
- Tv, DVD y play station (uso controlado). Variedad de películas de surf y cine...
- Biblioteca con interesantes libros y revistas de surf a disposición de los alumnos.



Novedad
Surf Camp
Rampa Skate

Material disponible:

- Tablas de iniciación SUNSET BS (todas las medidas) con tacto blando y quillas de plástico para evitar golpes.
- Trajes sellados de gama alta BILLABONG de diferentes grosores, extremadamente flexibles y calientes.
- Longboard y padel board...
- Skates, longskate, carveboard.....
- Sistema de cascos Radio receptores acuáticos para asegurar un rápido aprendizaje y comodidad a la hora de corregir fallos.

Otros datos:

- Límite de plazas: 20 alumnos. (7 máximo por monitor)
- En la casa dormirán la encargada y los monitores.
- Alrededor de la casa hay 3 campings, una tienda de alimentación y varios chalets.
- Habitaciones separadas para chicas y chicos.
- En un extremo de la playa rompe una de las mejores olas del mundo y de las más famosas de Europa, no se surfeará en esta ola ya que esta reservada para expertos surfistas locales. pero sí es un privilegio que los alumnos lo vean. Las clases se realizaran en el resto de la playa, ya que es muy grande, y hay olas más adecuadas y menos concurridas.

Programación del fin de semana:

Viernes

- Recogida de los alumnos si es preciso al aeropuerto, estación de trenes o autobuses.
- Llegada por la tarde, dejar maletas y distribución de las habitaciones.
- Presentación de instructores alumnos en la casa.
- Conocer las instalaciones (hay posibilidad de baño toma de contacto si da tiempo, esto es en el caso de que todo el grupo llegue antes de las 17:00 h., para las que sean principiantes, para los que sepan baño por la tarde).
- Salir a conocer la playa y alrededores

- Cenar en restaurante o BBQ si el tiempo lo permite.

Sábado

- Levantarse a las 9, desayunar en la casa y distribución de tablas y trajes dependiendo de la constitución física de cada alumno. Las tablas se entregan con todo lo necesario; invento, parafina,....
- Explicación teórica de las corrientes, tipos de olas, de tablas, como ponerse de pies y remar...
- Ir a la playa a practicar surf (duración 3 horas aproximadamente)
- Volver a casa a cambiarse e ir a comer.
- Corrección del baño tras las grabaciones que haremos a la mañana.
- Por la tarde: baño libre (2-3 horas) supervisado por instructores.
- Yogilates, estiramientos.
- Tag Team por equipos, después a la playa a practicar surf (duración 3 horas aproximadamente) .
- Cena en el restaurante o BBQ si el tiempo lo permite.

Domingo

- Levantarse a las 9, desayunar en la casa y distribución de tablas y trajes (ultimo baño 3 h. aproximadamente).
- Entrega de premio ganadores del Tag Team por equipos.
- Clases de 10: 30 a 13: 30 practicando lo aprendido el sábado.
- Almuerzo y salida después de comer..

Precio:

190 € por persona, alquiler del material incluido para todo el fin de semana.

Fechas:

Abierto todo el año. Consultar fechas para reservar.

Reserva de plazas:

Para confirmar las reservas hacer un ingreso de 100 €uros a Special Surf en la cuenta:

CAJA MADRID:2038 9302 3560 0016 8278

Muy importante, indicar claramente:

CONCEPTO: "NOMBRE Y APELLIDOS DEL ALUMNO – FIN DE SEMANA *iiii* "

NO poner el nombre del padre o tutor y acordarse de indicar la semana.

Ejemplo:

Concepto: "SERGIO LOPEZ - SEMANA 2"

Para más información:

www.specialsurf.com

info@specialsurf.com

616 677 529 (Natalia).

A continuación os presentamos algunas de las actividades que se desarrollaran durante la semana del Surf Camp si así se solicitan.

Pilates para el surf

Special surf había puesto en marcha algo cada vez más frecuente hoy en día en escuelas de surf, Pilates para el Surf, con la colaboración de Natalia Testón instructora de Pilates.

Consiste en ponerse en forma utilizando el método Pilates , controlando cada movimiento del cuerpo entendiéndolo los principios Básicos que esta actividad conlleva .

Pilates es un sistema de ejercicios de fortalecimiento, estiramiento y tonificación corporal, su creador fue Joseph.H.Pilates hace más de noventa años.

Hoy en día cada vez son más personas las que confían en este método tanto para la higiene postural como para tonificar su cuerpo.



Trabajar sobre nuestro propio eje es complicado pero divertido.

Haremos ejercicios funcionales indagando sobre los movimientos y músculos utilizados en el surf.

Pilates puede ayudarnos a aprovechar todo nuestro rendimiento en el agua, conexionando el CUERPO y la MENTE aumentando a su vez la PROPIOCEPCIÓN y el EQUILIBRIO.



Alargando la musculatura más superficial y desarrollando la más periférica, con el fin de evitar lesionarnos tomando conciencia de nuestros movimientos para tener más CONTROL de nuestro cuerpo.



Con estos ejercicios conseguiremos pondremos en forma para la práctica de este singular deporte.



Son muchos de los profesionales del Surf los que realizan esta actividad tales como Kelly Slater, Tom Curren, Taylor Knox, Rochelle Ballard, Layne Beachley, etc... estos han escogido Pilates & yoga como una actividad alternativa a la que han añadido a su entrenamiento personal, adquiriendo unos resultados positivos.

No sólo los surfistas a nivel mundial han probado el método sino que también nuestros surfistas a nivel nacional como: Dani Garcia, Raúl Garcia, Estuitxu Estremo, Guillermo Alonso, Ivan Villalba y muchos más.

Paint ball

En AFP los más enérgicos podrán poner a prueba sus niveles de adrenalina en la nueva pista de PAINT BALL de Adventure Family Park.



Las más modernas marcadoras TIPPMAN 98 con bolas de competición y equipaciones con protecciones totales para los participantes aseguran las máximas sensaciones con el mínimo riesgo.

Desde Julio de 2009 ADVENTURE FAMILY PARK coordina la actividad del Paint Ball para los alumnos de SPECIAL SURF de manera que los más jóvenes dispongan siempre de actividad en caso de falta de olas.

Todo ello dinamizado por los profesionales de AFP y en consonancia con los monitores de SURF que se integran en el juego con los alumnos. El resultado es siempre formidable.

Descenso del Sella

Bajar el Sella en canoa es una experiencia única, que te permitirá pasar un día en contacto directo con la naturaleza. Sin prisas y sin estrés disfruta tranquilamente del entorno.



Las salidas son desde Arriondas, a unos 30 minutos de Rodiles, entre las 11 y las 13 horas comenzara esta ctividad. Se proporcionará todo el material necesario así como un bidón estanco con un sabroso picnic.

Los monitores impartirán un cursillo de las nociones básicas del manejo del remo, las canoas y el recorrido.

La duración de la actividad es de 3/4 horas aproximadamente, incluyendo el tiempo de la comida que se puede hacer en alguna de las muchas playas fluviales que se encuentran a lo largo del recorrido.

Una vez finalizado el descenso, se trasladará a los participantes al punto de inicio, donde cuentan con vestuarios y duchas.