# Raquetas de Nieve y Multiaventura Invernal

Una época ideal para actividades de empresa: Raquetas de nieve, gymnkanas invernales, esquí de fondo o alpino.

**Lo mejor:**

- Un día completo en la nieve con paisajes espectaculares.
- Visita el Parque Nacional Sierra de Guadarrama.
- Comparte con tus compañeros de trabajo una experiencia inolvidable.

En invierno, cuando un manto blanco cubre el suelo, podemos aprovechar para aprender a utilizar diferentes **técnicas nórdicas** para desplazarnos, Esquí de montaña, Esquí de fondo y **Raquetas de Nieve** son las posibilidades que tenemos y todas ellas combinadas hacen del invierno una época ideal para practicar deporte y realizar gymnkanas en el medio invernal.

Ya sea una **reunión de trabajo** con una ligera excursión de raquetas o bien una gymnkana por equipos para un grupo de directivos, Amadablam Aventura, diseña la actividad que desees para cumplir los objetivos de la empresa y de los participantes.

**Gracias a nuestro Centro de Actividades en el Puerto de Navacerrada**, que se puede utilizar para organizar una reunión antes o después de la salida, atender al grupo en un ambiente cálido o bien realizar juegos de teambuilding si el tiempo exterior es muy malo.

Todo ello rodeado de un entorno espectacular, **El Parque Nacional Sierra de Guadarrama**, un conjunto natural e histórico a tan solo 50 km del centro de Madrid y del aeropuerto de Barajas.

# RAQUETAS DE NIEVE

Deja que diseñemos tu actividad y encárgate tan solo de pasarlo bien con el resto de tus compañeros.

## Programa detallado

Dependiendo de los objetivos de la jornada, te proponemos varias actividades que se pueden combinar entre ellas y que pueden tener una duración variable:

**EXCURSION CON RAQUETAS DE NIEVE: De la duración que se estime oportuno**, las raquetas son un instrumento **fácil de usar por todos y muy divertido**, además de permitirnos visitar unos paisajes de ensueño. Las laderas de Siete Picos, la Bola del Mundo o el Circo Glaciar de Peñalara, son algunos de los paisajes que podemos visitar con las raquetas de Nieve. Adicionalmente a esta actividad le podemos añadir una **sesión de SPA nada más terminar**, un día activo y relajado a la vez o incluir una subida en **Telesilla y Comida en el restaurante de la Bola**.
**EXCURSION CON RAQUETAS CON LUNA LLENA O NOCTURNA:** Bien aprovechando la luna llena bien en otra fecha, aprovecharemos para recorrer, en una excursión de unas 2 horas, las laderas nevadas. Por la noche la montaña es completamente diferente y podemos finalizar con la **degustación de una estupenda Fondue de Queso**.
**GYMNKANA INVERNAL:** Uniendo diferentes pruebas que los participantes tendrán que encontrar con la **ayuda de un mapa**, esta divertida actividad nos permitirá conocer varias actividades a la vez de una forma mucho más lúdica. Entre las pruebas podemos encontrar el uso de raquetas de nieve por parejas, esquí tándem, donde los participantes se atan unos antiguos esquís por parejas para sortear un obstáculo o búsqueda de victimas de avalancha con ARVA, simulando un rescate. **La gymnkana puede realizarse compitiendo un equipo contra otro en cada prueba o simplemente tomando tiempos en cada prueba de los equipos participantes**.
**ESQUÍ DE FONDO:** Aprender a utilizar los esquís de fondo es fácil y muy divertido. Gracias a la **estación de esquí de fondo de Cotos**, pisada durante todo el invierno, podemos aprender las técnicas básicas y disfrutar de un día completo. Un caldito y una buena comida nos esperan al final de la jornada. **Para esta actividad se requiere un mínimo de 4 horas de duración.**
**ESQUI ALPINO:** Para aquellas reuniones de incentivos o teambuilding en las que se pueda requerir, Amadablam Aventura cuenta con Escuela de Esquí para impartir clases, tanto de esquí como de snowboard.

## Equipo personal general

En general para la realización de actividades se requiere la misma equipación, toda ella de invierno**.**

- Ropa de montaña cómoda para caminar.
- Ropa de abrigo e impermeable (imprescindible)
- Botas de montaña (Imprescindibles)- Para esquí alpino o de fondo no harían falta.
- Guantes impermeables y gorro
- Mochila de 20 litros de capacidad - Para esquí alpino o de fondo no harían falta
- Cantimplora o botella para el agua y comida para picar.
- Gafas de sol.
- Gorro y guantes de repuesto
- Crema para el sol y para los labios

## Alojamiento y servicios.

**Amadablam Aventura cuenta con un centro de Turismo Activo en el Puerto de Navacerrada** donde se pueden comenzar las actividades, dejar material, cambiarse e incluso realizar una pequeña charla. Así mismo, en el mismo puerto existe **restauración y posibilidad de contratar aulas para reuniones**.

No obstante, tanto en el lado de Madrid (pueblo de Navacerrada) como en el lado de Segovia (La Granja y Valsain) tenemos concertados acuerdos con **diferentes hoteles con todas las características necesarias para realizar una reunión de empresa, cenas, comidas, locales para estar en un ambiente familiar, etc. No dudes en consultarnos si tienes alguna necesidad adicional.**

## Transporte

**El Puerto de Navacerrada y de Cotos se encuentra a 50km de Madrid**. Amadablam Aventura cuenta con transporte propio y en caso de no ser suficiente se puede contratar transporte para que atienda las necesidades del grupo.

## Reserva y presupuesto

Una vez conocidas las necesidades de la empresa y todos los servicios contratados se realizará un **presupuesto a medida intentando ajustarse lo máximo posible al precio preestablecido**.
Para poder **reservar la fecha concreta** y los servicios requeridos habrá que realizar un ingreso del **50% del total de la factura.**
El número de personas concreto y que se facturará se comunicará por correo electrónico a Amadablam Aventura 3 días antes de la fecha de la actividad. En caso de viajes o que haya pernoctas, esta fecha será 5 días antes de la salida del viaje.
En el caso de contratar servicios de alojamiento o restauración, aunque el presupuesto será completo, cada empresa que de el servicio emitirá una factura distinta.

## Participación

Dependiendo de la actividad el ratio guía: participante podrá variar, siendo en general en estas actividades de 1 cada 10-12 participantes**. En todas las actividades habrá:**

- Coordinador de la actividad: Persona que se encarga de que todos los servicios estén disponible a la hora acordada y que todo concuerda con lo contratado.
- Guías de Montaña: Para las actividades de Raquetas de Nieve contamos con un equipo de guías titulados y con acreditación UIMLA.
- Profesores de Esquí: Para las actividades de esquí de fondo y alpino contamos con Profesores Titulados en cada especialidad.
- Monitores: Para apoyar todas las actividades encargándose de dinamizar al grupo desde que llega al puerto de Navacerrada o incluso, si lo requiere la empresa, desde el mismo lugar de recogida de los participantes.