



## PREGUNTAS FRECUENTES ESQUÍ.

### *¿Qué necesito llevar para esquiar?*

Para todos aquellos socios que sea la primera vez que esquían indicamos un equipo orientativo. Dependiendo de la actividad a realizar la cantidad variará o algunos elementos no serán necesarios.

Imprescindibles: Pantalón de esquí y anorack (o mono), jersey o forro polar, gorro, guantes de esquí, gafas de sol, calcetín/media (preferiblemente gordo), botas, tablas y bastones de esquí (se pueden alquilar), crema protectora con un factor medio o alto.

Cuando es más de un día: Ropa de vestir y calzado deportivo (mejor botas de montaña o similar), Interesantes: Gafas de ventisca, crema hidratante.

Si se sale al extranjero: D.N.I. o pasaporte. Si se lleva teléfono móvil hay que tenerlo activado para llamadas internacionales o no funcionará.

### *¿Se pueden alquilar sólo botas o esquís en vez del equipo completo?*

Si, no hay ningún problema al respecto. Lo que sí es cierto es que la diferencia de precio es tan escasa que no merece la pena a nivel económico.

### *Soy nuevo y no sé nada de esquiar ¿Puedo llevar las botas o los esquís de un amigo?*

Sí, siempre y cuando tengan la medida adecuada y el nº de pie sea el tuyo. Si no, se tiene más posibilidades de hacerse daño, especialmente con las botas.

### *¿Los niños esquían solos?*

Los niños menores de 14 años esquían obligatoriamente con monitor todo el día, salvo notificación expresa de los padres por escrito. Los mayores de 14 años que no hayan cogido la opción de “monitor todo el día” o “seguimiento”, pueden esquiar por grupos de 3 o más personas sin problema, puesto que los monitores estamos en pistas y siempre habrá uno en un punto dónde nos puedan localizar en caso de problema.

### *¿Qué normas se deben cumplir en las pistas?*

Las normas que suelen dar las estaciones de esquí a todos los usuarios son las siguientes:

Respeto: El esquiador debe comportarse de modo que no pueda poner a otros en peligro o acarrearles algún perjuicio, ni por causa de su comportamiento ni de su material de esquí.

Velocidad y conducta: Debe ser la adecuada según las capacidades personales, así como a las condiciones generales del terreno y del tiempo. Requiere atención especial el estado de la nieve y cantidad de gente en pistas.

Dirección: La posición elevada permite elegir una trayectoria, por lo que se debe elegir un camino que no afecte a la seguridad de los esquiadores que se encuentren más abajo.

Adelantamiento: Siempre debe hacerse de manera suficientemente holgada y teniendo en cuenta las posibles evoluciones de la persona adelantada.

Cruce de pistas y al iniciar un descenso: Todo usuario debe comprobar si puede incorporarse a la pista sin peligro.

Estacionamiento: Evitar pararse en sitios estrechos o de poca visibilidad. En caso de caída retirarse de la pista lo más rápidamente posible.

Andar a pie: Se debe utilizar el borde de la pista, vigilando que ni él mismo ni su material puedan presentar un peligro para los otros.

Respeto a la información, al balizaje y a la señalización: El usuario debe tener en cuenta las informaciones sobre las condiciones meteorológicas, el estado de las pistas y de la nieve. Así mismo, debe respetar el balizaje y las señalizaciones.

Asistencia: Toda persona involucrada en un accidente o testigo de éste, debe prestar asistencia, en particular dando la alerta. En caso de necesidad y a petición de los socorristas, debe ponerse a disposición de los mismos.

Identificación: toda persona que se vea involucrada en un accidente o testigo, debe dar a conocer su identidad al servicio de socorro

### *¿Por qué necesito un seguro de esquí?*

Normalmente, los seguros más habituales no cubren la práctica del esquí por ser considerado un deporte de riesgo. De esta forma, todos los gastos que se ocasionen durante su práctica no están cubiertos (traslados, asistencia, auxilio etc.). Por una cantidad mínima se puede ir tranquilo. Nosotros lo gestionamos sin ningún problema.