

SURF



Playa de la Rapadoira (Foz) y Playa de Coto (Barreiros)

Curso de Surf

	Precio
1 clase (2h)	30 €
2 clases (4h)	55 €
3 clases (6h)	80 €
4 clases (8h)	95 €
5 clases (10h)★	110 €
10 clases (20h)★	190 €
15 clases (30h)	260 €
20 clases (40h)	310 €



Lunes a viernes

Horario

Mañana	10:00-12:00 / 12:00-14:00
Tarde	16:30-18:30

Sábado y domingo

Horario

Mañana	11:00
--------	-------

Escuela de invierno

	Duración	Precio
perfeccionamiento/competición	1 clase (3h)/semana	50€/mes
perfeccionamiento/competición	2 clases (6h)/semana ★	90€/mes

Alquiler

	2h	4h	8h	24h
Tabla iniciación	10 €	15 €	20 €	25 €
Tabla perfeccionamiento	20 €	30 €	35 €	40 €
Neopreno	5 €	8 €	10 €	12 €

★ Actividad recomendada

* Precios incluyen IVA

* Las clases incluyen todo el material (tabla+neopreno)

* Los monitores que te acompañan son técnicos deportivos de surf con titulación y gran experiencia en la zona

* Seguro de accidentes y RC incluido

* Mínimo 4 participantes para realizar la actividad

* Requerida edad mínima 7 años y saber nadar

* Los bonos de clases no son acumulables en compras sucesivas

Excursiones marítimas



Rutas recomendadas

Rutas recomendadas	Duración	Precio
Ría del Masma	30 min	12 €
Costa de Foz	1h	25 €
Las Catedrales ★	1h	30 €
Las Catedrales y Rinlo ★	1h 30min	40 €
Avistamiento de aves marinas	1h 30min	30 €



Alquiler

	2h	3h	4h	
Embarcación con patrón	260€	340€	410€	Máx 8 pers

★ Actividad recomendada

- * No te olvides de traer ropa adecuada a la meteorología
- * Chaleco salvavidas incluido
- * Patrón con titulación profesional
- * Seguro de accidentes y RC incluido
- * Mínimo 4 participantes para realizar la actividad, máximo 8 personas por trayecto
- * Precios incluyen IVA

VELA LIGERA | Escuela de Vela Club Náutico Foz



Curso de Vela ligera

	Precio
1 clase (3h)	30 €
2 clases (6h)	55€
3 clases (9h)	80€
4 clases (12h)	95€
5 clases (15h)★	110€
10 clases (30h)★	190€
15 clases (45h)	260€
20 clases (60h)	310€



Lunes a viernes

Horario

Mañana / Tarde

Dependiendo marea

Escuela anual de Vela

	Duración	Precio
Iniciación/perfeccionamiento/competición	1 clase (3h)/semana	50€/mes
Iniciación/perfeccionamiento/competición	2 clases (6h)/semana★	90€/mes

Sábado y Domingo

Horario

Mañana / Tarde

11:00-14:00 / 16:00-19:00

Nuestra Flota de vela ligera

- Optimist
- Cadete
- Vaurien
- Golfiño
- Omega
- 420

★ Actividad recomendada

- * Precios incluyen IVA
- * Todo el material incluido (embarcaciones + chaleco salvavidas)
- * Monitores técnicos deportivos de vela con titulación y experiencia en la zona
- * Seguro de accidentes y RC incluido
- * Mínimo 4 participantes para realizar la actividad
- * Requerida edad mínima 7 años y saber nadar
- * Licencia federativa opcional

VELA 747



Curso de Vela 747

Precio

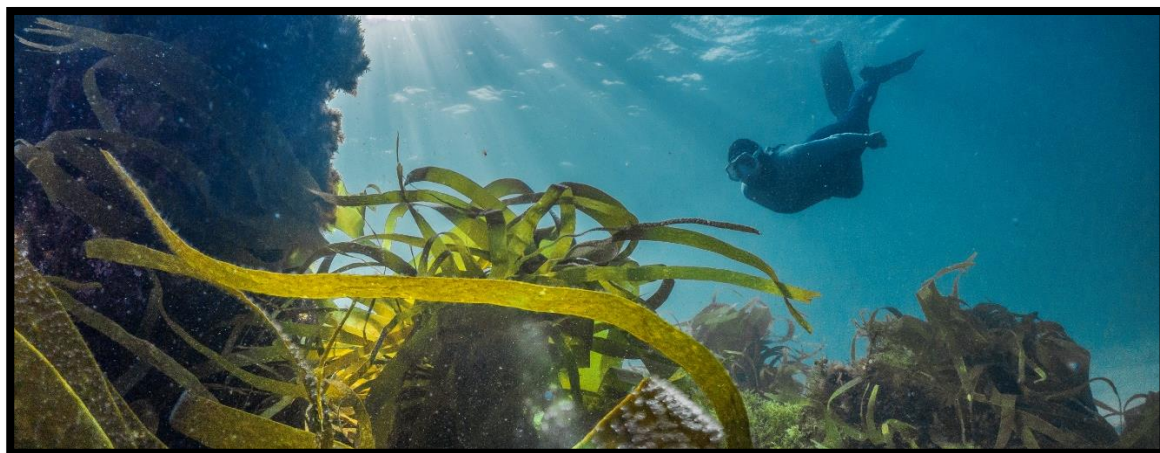
1 clase (3h)	35 €
2 clases (6h)	70 €
3 clases (9h)	95 €
4 clases (12h)	120 €
5 clases (15h)★	145 €
10 clases (30h)	250 €
20 clases (60h)	400 €



★ Actividad recomendada

- * Precios incluyen IVA
- * Todo el material incluido (embarcaciones + chaleco salvavidas)
- * Monitores técnicos deportivos de vela con titulación y experiencia en la zona
- * Seguro de accidentes y RC incluido
- * Mínimo 4 participantes para realizar la actividad
- * Requerida edad mínima 15 años y saber nadar
- * Los bonos de clases no son acumulables en compras sucesivas

SNORKEL | Descubre el mundo submarino!!



Tour de snorkel

Tour de snorkel ★

Duración

2h

Precio

35 €

Alquiler

Kit snorkel (gafas + tubo + aletas)

2h

5 €

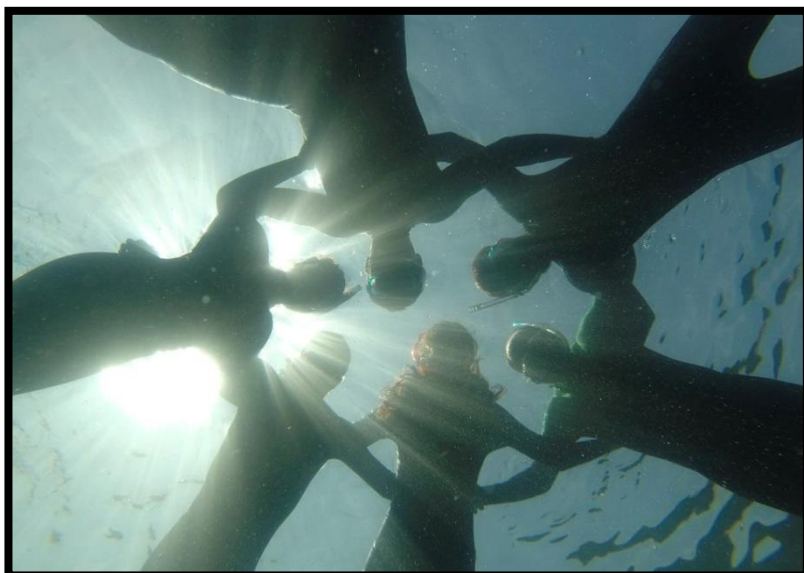
Día

10 €

Kit snorkel + neopreno

10 €

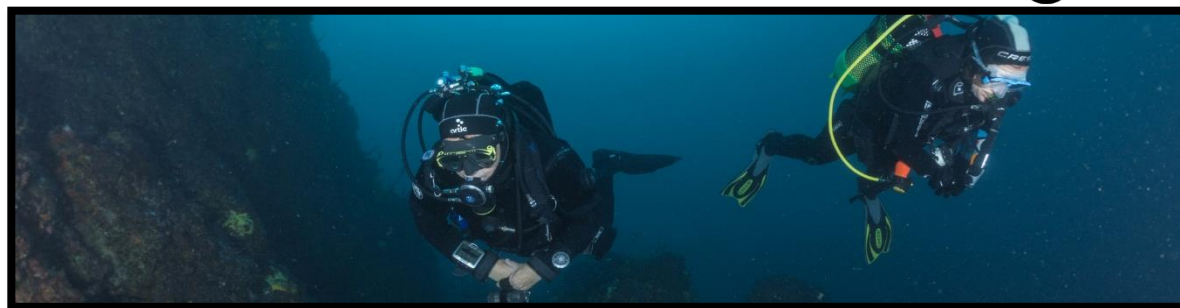
20 €



★ Actividad recomendada

- * Precios incluyen IVA
- * Biólogo Marino y guías titulados con gran experiencia de buceo en la zona
- * Seguro de accidentes y RC incluido
- * Mínimo 4 participantes para realizar la actividad
- * Requerida edad mínima 12 años y saber nadar

BUCEO



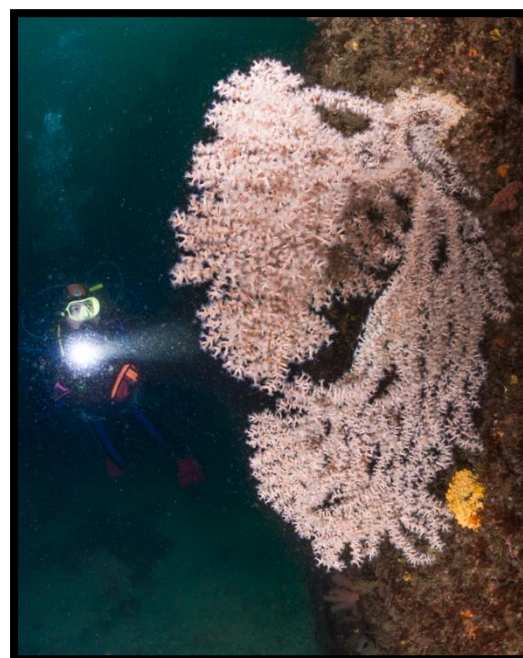
Salidas de Buceo

(botella y lastre incluidos)

	Precio
1 inmersión	35 €
2 inmersiones	70 €
3 inmersiones	95 €
Bono 5 inmersiones ★	145 €
Bono 10 inmersiones	250 €
Extra salida especial	5€

Alquiler en salida

	Precio
Regulador	5 €
Jacket	5 €
Neopreno	5 €
Equipo ligero	5 €
Equipo completo	15 €
Nitrox	10 €



Bautismo ★

(material incluido)

75 €

Curso OWD ★

(material, kit didáctico y seguro anual incluido)

390 €

Curso Avanzado

320 €

Curso Rescate

330 €

Curso Especialidad

180 €



* Precios incluyen IVA

* Inmersiones desde embarcación y desde costa

* Instructores y guías titulados con gran experiencia de buceo en la zona

* Cursos Avanzado, Rescate y Especialidades no incluyen material

* Mínimo 4 participantes para realizar la actividad

* Requerido presentar seguro de buceo y titulación para las salidas

* Requerida edad mínima 12 años y saber nadar

KAYAK



Rutas guiadas

	Dificultad	Duración	Precio
Ruta 1 Ría y Fondás★	Baja	2h	30 €
Ruta 2 playas y acantilados★	Media	2h	30 €

Todos los días

Horario

Mañana / Tarde

Dependiendo marea



Alquiler

	2h	4h	8h
Kayak individual + remo + chaleco	20 €	30€	50 €
Kayak doble + remos + chalecos	30 €	50€	70 €

★ Actividad recomendada

- * Precios incluyen IVA
- * Todo el material incluido (Kayak + remo + chaleco salvavidas)
- * Monitores técnicos deportivos y de tiempo libre con titulación y experiencia en la zona
- * Seguro de accidentes y RC incluido
- * Mínimo 4 participantes para realizar la actividad
- * Requerida edad mínima 7 años y saber nadar

SUP | Stand Up Paddle



Rutas guiadas

	Dificultad	Duración	Precio
Ruta 1 Ría y Fondás ★	Baja	2h	35 €
Ruta 2 playas y acantilados ★	Media	2h	35 €

Curso Paddle Surf

	Precio
1 clase (2h)	35 €
2 clases (4h)	70 €
3 clases (6h)	95 €
4 clases (8h)	120 €
5 clases (10h) ★	145 €

Todos los días

Horario

Mañana / Tarde	Dependiendo marea
----------------	-------------------

Alquiler

	2h	4h	8h
SUP + remo + chaleco	20€	30€	50€

★ Actividad recomendada

- * Precios incluyen IVA
- * Todo el material incluido (SUP + remo + chaleco salvavidas)
- * Neopreno incluido en el curso de Paddle Surf
- * Monitores técnicos deportivos y de tiempo libre con titulación y experiencia en la zona
- * Seguro de accidentes y RC incluido
- * Mínimo 4 participantes para realizar la actividad
- * Requerida edad mínima 7 años y saber nadar