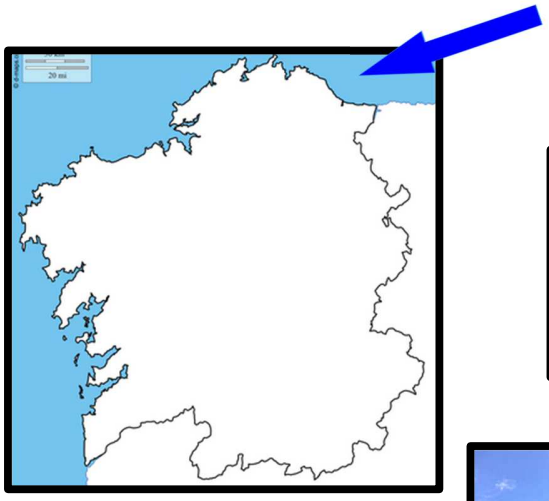
Visita A Mariña

Programa de excursiones escolares

Maremasma os presenta un programa de excursiones dirigidas a centros educativos con un enfoque diferente. Cultura, tradición, naturaleza y actividades al aire libre que harán vuestra jornada una experiencia inolvidable en un entorno costero único.

A mariña Lucense



carlosgil@maremasma.com
982885474 / 659167197
www.maremasma.com

Presentación

Maremasma es una entidad con sede en Foz (Lugo) formada por un grupo de jóvenes que comparten su pasión por el mar. Desde el año 2014 **desarrollamos actividades deportivas y educativas vinculadas con los recursos costeros**. Surf, kayak, vela, buceo, rutas interpretativas, seminarios ornitológicos, visitas guiadas, divulgación ambiental y ecoturismo son nuestras líneas principales de acción.

Nuestro equipo está formado por grandes profesionales de la educación ambiental y del deporte náutico.

En los últimos cinco años hemos trabajado con más de **7.000 escolares** de centros educativos de primaria y secundaria, a través de los programas “Mares de Cultura, os Nenos e o Mar”, “Ondas de ilusións” y “Visita A Mariña”.

Mare Masma
MULTIAVENTURA & MEDIOAMBIENTE

carlosgil@maremasma.com
982885474 / 659167197
www.maremasma.com

Actividades deportivas

1. **Surf y Kayak en Foz**
2. **Vela y Kayak en Foz**

Actividades educativas

1. **Taller de Avistamiento de Aves**
2. **Playa de las Catedrales**
3. **Un Puerto pesquero**
4. **San Ciprián, un pueblo marinero**
5. **La granja de coral**
6. **Taller de recogida de residuos**
7. **Intermareal rocoso**
8. **Rinlo, la ruta de las cetáreas**
9. **Charla: Biodiversidad marina y Conservación**
10. **Taller de los sentidos: el medio marino**

carlosgil@maremasma.com
982885474 / 659167197
www.maremasma.com

Actividades deportivas

1. Surf y Kayak en Foz

En pleno corazón de A Mariña nos encontramos un espectacular paraje natural que disfrutaremos a través de actividades náuticas.

Precio por participante 18€
Duración 4h

OBJETIVOS

- Fomentar la práctica de deporte al aire libre en contacto con la naturaleza
- Disfrutar de un día espectacular fuera del ámbito escolar

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

Se realizarán dos grupos que alternarán las siguientes actividades con un descanso entre ambas.

- **Kayak y SUP** (2h) en la ría de Foz, un espacio natural protegido ideal para esta agradable travesía
- **Surf** (2h) en la playa de la rapadoira, uno de los arenales más famosos para la práctica de este deporte

INCLUYE: Monitores titulados y con gran experiencia / Material completo / Seguro RC y accidentes / Actividad gratuíta para profesores y acompañantes

NECESITO: Bañador y toalla / ropa para cambiarse / bocadillo y agua

Mare Masma
MULTIAVENTURA & MEDIOAMBIENTE

carlosgil@maremasma.com
982885474 / 659167197
www.maremasma.com

2. Vela y kayak en Foz

En pleno corazón de A Mariña nos encontramos un espectacular paraje natural que disfrutaremos a través de actividades náuticas.

Precio por participante 18€
Duración 4h

OBJETIVOS

- Fomentar la práctica de deporte al aire libre en contacto con la naturaleza
- Entrar en contacto con la náutica y la navegación a vela
- Disfrutar de un día espectacular fuera del ámbito escolar

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

Se realizarán dos grupos que alternarán las siguientes actividades con un descanso entre ambas

- **Kayak y SUP** (2h) en la ría de Foz, un espacio natural protegido ideal para esta agradable travesía
- **Vela** (2h) en la Ría de Foz, una zona de aguas tranquilas ideales para la iniciación a este deporte

INCLUYE: Monitores titulados y con gran experiencia / Material completo / Seguro RC y accidentes / Actividad gratuíta para profesores y acompañantes

NECESITO: Bañador y toalla / calzado cerrado tipo escarpines / ropa para cambiarse / bocadillo y agua

Mare Masma
MULTIAVENTURA & MEDIOAMBIENTE

carlosgil@maremasma.com
982885474 / 659167197
www.maremasma.com

Actividades educativas

1. Taller de avistamiento de aves

Ruta medioambiental interpretativa en la Ría de Foz, Ría de Ribadeo o Ría de Ortigueira, espacios naturales protegidos dentro de la Red Natura 2000

A partir de 7 años
Precio por participante 8 €
Duración 3h

OBJETIVOS

- Conocer un espacio natural protegido y su biodiversidad
- Descubrir la aves en su entorno
- Disfrutar de un día diferente fuera del ámbito del aula

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

Conoceremos las Rías, los humedales costeros y su biodiversidad a través de un recorrido a pié por las orillas de la Ría Ribadeo, Foz u Ortigueira para conocer su fauna y flora. Los alumnos, divididos en varios grupos realizarán un censo de especies centrándonos en las aves.

INCLUYE: Guía especializado biólogo marino y monitores titulados / Material / Seguro de RC y accidentes / Actividad gratuíta para profesores y acompañantes

NECESITO: Ropa adecuada a meteorología / lápiz y libreta / bocadillo y agua

Mare Nasma
MULTIAVENTURA & MEDIOAMBIENTE

carlosgil@maremasma.com
982885474 / 659167197
www.maremasma.com

2. Playa de las Catedrales

Ruta medioambiental interpretativa en la famosa playa de las Catedrales, espacio natural protegido dentro de la Red Natura 2000

A partir de 7 años
Precio por participante 8 €
Duración 2h

OBJETIVOS

- Conocer un monumento natural protegido y entender su geología e importancia
- Descubrir la biodiversidad de una zona intermareal
- Disfrutar de un día diferente fuera del ámbito del aula

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

Comenzaremos por una caminata por los acantilados de la playa, donde aprenderemos a través de varias dinámicas sobre la geología y la formación de los arcos.
Después de un descanso para el bocata bajaremos a la playa, para ver de cerca las imponentes formaciones y aprender sobre la fauna y flora intermareal.

INCLUYE: Guía especializado biólogo marino y monitores titulados / Material / Seguro de RC y accidentes / Actividad gratuíta para profesores y acompañantes

NECESITO: Ropa adecuada a meteorología / lápiz y libreta / bocadillo y agua

Mare Nasma
MULTIAVENTURA & MEDIOAMBIENTE

carlosgil@maremasma.com
982885474 / 659167197
www.maremasma.com

3. Un Puerto pesquero

Descubre el puerto pesquero de Burela, uno de los más importantes de españa en cuanto a capturas, destacando la pesca del bonito como principal valor.

A partir de 7 años
Precio por participante 10 €
Duración 3-4h

OBJETIVOS

- Conocer un puerto pesquero y su funcionamiento
- Descubrir diferentes profesiones relacionadas con el mar
- Conocer un barco de pesca del bonito por dentro
- Disfrutar de un día diferente fuera del ámbito del aula

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

Conoceremos la actividad de uno de los puertos pesqueros más importantes de Galicia, el puerto de Burela. Visitaremos la nave de redes para aprender sobre el oficio de las redeiras y conocer diferentes artes de pesca artesanal. Conoceremos un barco bonitero a través de la visita al barco museo Reina del Carmen. Descubriremos la riqueza de nuestros mares visitando la lonja de de Burela (solo en horario de tarde)

INCLUYE: Entradas de las visitas / Guía especializado biólogo marino y monitores titulados / Material / Seguro de RC y accidentes / Actividad gratuíta para profesores y acompañantes

NECESITO: Ropa adecuada a meteorología / lápiz y libreta / bocadillo y agua

Mare Masma
MULTIAVENTURA & MEDIOAMBIENTE

carlosgil@maremasma.com
982885474 / 659167197
www.maremasma.com

4. San Ciprián, pueblo marinero

Descubre San Ciprián, un pueblo tradicionalmente ligado al mar. En la antiguedad uno de los puertos balleneros más importantes del Cantábrico.

A partir de 7 años
Precio por participante 10 €
Duración 3-4h

OBJETIVOS

- Descubrir diferentes profesiones relacionadas con el mar
- Conocer la historia de la pesca como parte de la cultura gallega
- Disfrutar de un día diferente fuera del ámbito del aula

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

Visitaremos el astillero de Ribera de Francisco Fra para conocer esta profesión casi en extinción. Conoceremos un poco más sobre la pesca de la ballena en el Museo Provincial do Mar. Terminaremos con un recorrido hasta el Faro para conocer más sobre el mar y su biodiversidad.

INCLUYE: Entradas de las visitas / Guía especializado biólogo marino y monitores titulados / Material / Seguro de RC y accidentes / Actividad gratuíta para profesores y acompañantes

NECESITO: Ropa adecuada a meteorología / lápiz y libreta / bocadillo y agua

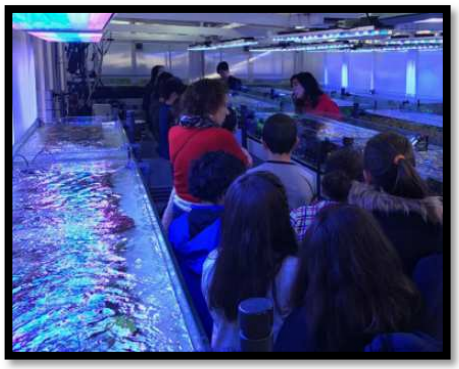
Mare Masma
MULTIAVENTURA & MEDIOAMBIENTE

carlosgil@maremasma.com
982885474 / 659167197
www.maremasma.com

5. La granja de coral

Sumérgete en los arrecifes de coral con esta visita a Reef Water. Situado en Viveiro, es uno de los criaderos de coral más importantes de Europa.

A partir de 7 años
Precio por participante 6 €
Duración 2h



OBJETIVOS

- Dar a conocer los recursos marinos de nuestro litoral y la importancia de su conservación
- Descubrir la biodiversidad de los arrecifes de coral y los impactos del ser humano en estos hábitats vulnerables
- Disfrutar de un día diferente fuera del ámbito del aula y conocer *in situ* una de las granjas de coral referentes a nivel Europeo
- Aprender sobre la utilidad de los corales en diferentes ámbitos

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

La jornada comienza con una charla impartida por un biólogo marino sobre los recursos costeros de nuestro litoral en la que viajaremos a los ecosistemas tropicales de arrecifes. A continuación visitaremos la granja de coral Reef Water en donde podremos ver multitud de especies de corales, peces y otros habitantes de los arrecifes.

INCLUYE: Entradas de las visitas / Guía especializado biólogo marino y monitores titulados / Material / Seguro de RC y accidentes / Actividad gratuíta para profesores y acompañantes

NECESITO: Ropa adecuada a meteorología / lápiz y libreta

Mare Masma
MULTIAVENTURA & MEDIOAMBIENTE

carlosgil@maremasma.com
982885474 / 659167197
www.maremasma.com

6. Taller de recogida de residuos

Participa en esta jornada para conocer de cerca la problemática de la contaminación marina e implícate activamente en la causa.

A partir de 7 años
Precio por participante 6 €
Duración 2h

OBJETIVOS

- Dar a conocer la problemática actual de contaminación marina, haciendo especial incapié en los plásticos
- Realizar una recogida de residuos en una playa de la zona
- Implicar a los escolares en la clasificación y cuantificación de toda la basura recogida para concienciar sobre el impacto humano en el medioambiente.
- Disfrutar de un día diferente fuera del ámbito del aula

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

La jornada comienza con una breve charla explicativa por un biólogo marino sobre los residuos marinos de nuestro litoral. Se organizarán varios equipos de recogida que se repartirán con los monitores por las diferentes zonas de la playa. Una vez finalizada la recogida se pasará a clasificar y cuantificar los residuos recogidos, datos que añadiremos a nuestras estadísticas. Finalizaremos con una breve conclusión a modo de debate entre todos los participantes.

INCLUYE: Guía especializado biólogo marino y monitores titulados / Material para la recogida / Seguro de RC y accidentes / Actividad gratuíta para profesores y acompañantes

NECESITO: Ropa adecuada a meteorología / Calzado cómodo

Mare Masma
MULTIAVENTURA & MEDIOAMBIENTE

carlosgil@maremasma.com
982885474 / 659167197
www.maremasma.com

7. Intermareal rocoso

Descubre la flora y la fauna marina que habita en las zonas intermareales de nuestra costa.
A partir de 7 años
Precio por participante 6 €
Duración 2h

OBJETIVOS

- Dar a conocer el entorno costero y descubrir la biodiversidad de este ambiente único condicionado por las mareas.
- Diferenciar las distintas zonas de la franja intermareal, con sus características y las especies que habitan en cada una de ellas.
- Descubrir el ecosistema de las charcas intermareales.
- Concienciar sobra la importancia de los mares y la necesidad de protegerlos.
- Disfrutar de un día diferente fuera del ámbito del aula.

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

La jornada comienza con una charla impartida por un biólogo marino sobre la zonación de la franja intermareal, destacando las condiciones físicas de cada zona y su biodiversidad. A continuación, observaremos las charcas intermareales de algunos de los municipios de A Mariña Lucense para descubrir las especies que habitan en ellas y su comportamiento según la marea.

INCLUYE: Guía especializado biólogo marino y monitores titulados / Material / Seguro de RC y accidentes / Actividad gratuita para profesores y acompañante

NECESITO: Ropa adecuada a meteorología / lápiz y libreta

Mare Masma
MULTIAVENTURA & MEDIOAMBIENTE

carlosgil@maremasma.com
982885474 / 659167197
www.maremasma.com

8. Rinlo: Ruta de las cetáreas

Ruta interpretativa por la costa de Rinlo, donde se encuentran unas de las cetáreas más antiguas de la Península.

A partir de 7 años
Precio por participante 6 €
Duración 2h

OBJETIVOS

- Descubrir la costa del pueblo pesquero de Rinlo.
- Conocer las cetáreas de Rinlo, unas de las más antiguas de la Península.
- Dar a conocer el pasado de Rinlo como puerto ballenero.
- Poner en valor las actividades de la pesca y la conservación del entorno.
- Disfrutar de un día diferente fuera del ámbito del aula.

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

Comenzaremos con una caminata por los acantilados de la costa de Rinlo para observar su geología y biodiversidad, a continuación, conoceremos las cetáreas para aprender cuál era su función y su utilidad. Para acabar, visitaremos el puerto de Rinlo para descubrir su pasado como puerto ballenero.

INCLUYE: Guía especializado biólogo marino y monitores titulados / Material / Seguro de RC y accidentes / Actividad gratuita para profesores y acompañantes.

NECESITO: Ropa adecuada a meteorología / lápiz y libreta / bocadillo y agua.

Mare Masma
MULTIAVENTURA & MEDIOAMBIENTE

carlosgil@maremasma.com
982885474 / 659167197
www.maremasma.com

9. Charla: Biodiversidad marina y conservación

Charla impartida por una bióloga marina centrada en tres pilares fundamentales:
1) El mar y sus fenómenos
2) Los habitantes del Mar Cantábrico
3) Impactos y posibles soluciones.

Edad: Primaria y Secundaria (6 – 15 años)
Precio por charla: 150 €
Duración: 1h – 1h 30min
Número aconsejado de participantes por grupo: 35

OBJETIVOS

- Dar a conocer el medio marino: los fenómenos que ocurren en él y sus funciones.
- Acercar los habitantes del mar al alumnado: biodiversidad del Mar Cantábrico.
- Conocer los impactos que sufre el mar.
- Concienciar sobre la importancia de los mares y la necesidad de protegerlos.
- Crear contacto y conexión con el mar.
- Disfrutar de una actividad diferente a las dinámicas habituales del aula.

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

Charla sobre “Biodiversidad Marina y Conservación” impartida por una bióloga marina. Está centrada en tres pilares fundamentales: 1) El mar y sus fenómenos, 2) Los habitantes del Mar Cantábrico, y 3) Impactos y posibles soluciones. De esta forma, se transmitirá una perspectiva global de la importancia de los océanos y la necesidad de protegerlos, haciendo un uso sostenible de los recursos marinos.

INCLUYE: Bióloga marina / Seguro de RC / Actividad gratuita para profesores.

Mare Masma
MULTIAVENTURA & MEDIOAMBIENTE

carlosgil@maremasma.com
982885474 / 659167197
www.maremasma.com

10. Taller de los sentidos: el medio marino

Participa en este taller para descubrir el mar y sus habitantes usando los 5 sentidos: vista, olfato, oído, gusto y tacto.

Edad: Infantil (3-6 años)
Precio por taller: 150 €
Duración: 1h (aproximadamente)

OBJETIVOS

- Dar a conocer el medio marino, haciendo especial hincapié en el Mar Cantábrico.
- Acercar los habitantes del mar al alumnado ¿Qué podemos encontrar en nuestra playa?
- Desarrollar las capacidades de los cinco sentidos.
- Crear contacto y conexión con el mar.
- Disfrutar de un taller diferente a las dinámicas habituales del aula.

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

El taller comienza con una bióloga marina presentando el medio marino y nuestro litoral. Haciendo uso de cada uno de los sentidos (vista, olfato, oído, gusto y tacto) descubriremos los la fauna y flora marina que encontramos en nuestra costa. Con cada sentido iremos acercando el mar al alumnado, con el objetivo de ir creando una conexión con la naturaleza de respeto y conocimiento de la rica biodiversidad del Mar Cantábrico.

INCLUYE: Bióloga marina / Seguro de RC / Actividad gratuita para profesores.

Mare Masma
MULTIAVENTURA & MEDIOAMBIENTE

carlosgil@maremasma.com
982885474 / 659167197
www.maremasma.com

Opciones extra

Si el centro lo desea, podemos ofrecerle las siguientes opciones extra:

- Transporte en autobús
- Comidas
- Estancia en alojamiento en la zona
- Programaciones personalizadas de actividades según las necesidades del grupo
- Programaciones completas para varios días de actividades, con estancia y comidas.

Mare Nasma
MULTIAVENTURA & MEDIOAMBIENTE

carlosgil@maremasma.com
982885474 / 659167197
www.maremasma.com

MEDIDAS ESPECÍFICAS PARA COVID-19

Maremasma SL, como empresa organizadora de las actividades escolares anteriormente expuestas, asume un firme compromiso con la gestión del riesgo asociado a COVID-19, implementando medidas específicas encaminadas a minimizarlo. La empresa cuenta con todos los requisitos de prevención de riesgos laborales y un plan de contingencia para trabajadores y subcontratas.

Para el proyecto de actividades escolares “Visita A Mariña 2020/2021” se establecen las siguientes pautas para los guías y participantes:
- No podrán asistir a la actividad en el caso de presentar síntomas de la enfermedad.
- Obligatorio uso de máscaras durante el transcurso de las actividades, salvo excepciones en caso de que no sea posible.
- Se deben respetar las distancias de seguridad interpersonal en todas las actividades. Para lo cual, cuando sea necesario, deberán realizarse los correspondientes controles de aforo. Si esto no es posible, se deben garantizar las medidas de protección y el equipo necesarios.
- Se promoverán principalmente las actividades al aire libre.
- No se comparta agua ni ningún tipo de comida entre los participantes.
- Los guías deberán proporcionar información adecuada sobre todas las medidas específicas a tomar durante el transcurso de la actividad.
- Los guías deben garantizar el cumplimiento de las medidas en todo momento.
- Los participantes deben respetar y seguir las instrucciones de los organizadores.

La organización propone las siguientes pautas y propuestas para reducir el riesgo asociado con COVID-19:
- Limitación de las actividades en espacios cerrados.
- Limitación de la capacidad de actividades al aire libre a 25 participantes por grupo (incluido guía y profesores acompañantes).
- Se evitará el uso de folletos u otros soportes de información en formato físico.
- Se evitará el uso de equipos u otros elementos durante el desarrollo de las actividades.
- En el caso de que sea sumamente necesario proporcionar equipos o materiales (binoculares u otros), estos deberán entregarse desinfectados y no podrán ser compartidos entre los participantes.
- Cada actividad programada tendrá una lista con todos los participantes para asegurar la trazabilidad de los grupos.
- La empresa y los centros participantes se comprometen al cumplimiento de las medidas higiénico-sanitarias anteriormente expuestas.

carlosgil@maremasma.com
982885474 / 659167197
www.maremasma.com

RESERVAS Y CANCELACIONES

- El sistema de reserva y pago se realizará íntegramente a través de medios online.
- El sistema de información para los participantes será completamente telefónico, correo electrónico o web, estableciendo un número de teléfono y una dirección de correo electrónico específicos del proyecto.
- contacto: carlosgil@maremasma.com // 659167197.
- web: https://maremasma.com/actividades/excursiones_escolares/
- No se requerirá ningún pago inicial para formalizar la reserva.
- Los pagos de las actividades se pueden realizar desde el momento de la confirmación de la actividad, hasta el mismo día de la realización de la misma.
- Algunas de las actividades propuestas, especialmente las realizadas en espacios cerrados, pueden no estar disponibles en el momento requerido debido a las limitaciones asociadas a las condiciones sanitarias.
- Debido a la situación sanitaria actual, las actividades solicitadas pueden verse obligadas a cambios de última hora que no dependan de la organización.
- En caso de cambios imprevistos, la organización realizará una propuesta alternativa que encaje con las necesidades del centro.
- La organización se compromete a la devolución íntegra de la actividad si se produce una cancelación por fuerza mayor.

carlosgil@maremasma.com
982885474 / 659167197
www.maremasma.com