



Itinerario Maitencillo Polynesian Canoe & Bikes

Lunes 4 Nov

10:00 hrs: Partida desde colegio, en van.

12:00 hrs: Llegada a cabañas Océano, Maitencillo

Organizar el alojamiento, ordenar equipos.

13:00 hrs: Almuerzo

15:00 hrs: Primera clase de Canoa Polinésica, en Caleta de Maitencillo:

- Historia del Va'a (Canoa Polinésica)
- Conocimiento de la canoa
- Mecánica de la remada.
- Comunicación dentro de la canoa.
- Al agua a remar

20:00 hrs: Cena

21:00 hrs: Reflection and bonding time.

22:00 hrs: A dormir

Martes 5 Nov.

8:00 hrs: Desayuno.

10:00 hrs: Canoa Polinésica:

- Funciones de cada puesto en la canoa (Ej: Quién es el Peperu y que hace, o quién es el Tare y que hace)
- Que hacer en caso de volcamiento.
- Al agua a remar.

13:00 hrs: Almuerzo

15:30 hrs: Salida en MTB por Quebrada del Tigre, Aguas Claras. Circuito principiantes.

- Inducción al MTB, postura, frenado, pedaleo.
- Evaluación del nivel de cada alumno.

20:00 hrs: Cena.

21:00 hrs: Reflection and team bonding time.

22:00 hrs: A dormir

Miércoles 6 Nov.

8:00 hrs: Desayuno.

10:00 hrs: Canoa Polinésica

- Práctica de la técnica de remado y coordinación del equipo
- Trabajo de velocidad.

13:00 hrs: Almuerzo.

15:00 hrs: MTB en quebrada del Tigre.

Se formarán dos grupos, Inicial e Intermedio.

- Cómo tomar curvas
- Selección de líneas.

22:00 hrs: Cena.

21:00 hrs: Reflection and team bonding time.

22:00 hrs: A dormir

Jueves 7 Nov

8:00 hrs: Desayuno.

10:00 hrs: Canoa Polinésica, salir a remar hasta la Isla de Cachahua y volver a caleta de Maitencillo

13:00 hrs: Almuerzo

15:00 hrs: MTB en Quebrada del Tigre, trabajo en dos grupos; Inicial e

intermedio. Recorrer el circuito y practicar lo aprendido.

20:00 hrs: Asado final

21:00 hrs: Reflection and team bonding time.

22:00 hrs: A dormir

Viernes 8 Nov

8:00 hrs: Desayuno

10:00 hrs: Trecking por “Aguil Blancas” y charla de 7 principios de “No deje rastro”

13:00 hrs: Almuerzo

14:00 hrs: Ordenar equipaje y equipos.

15:00 hrs: Retorno a Santiago

18:00 hrs: Retirar a los niños en el colegio

*Los horarios pueden cambiar dependiendo del clima, factor humano y otros.

Itinerary Polynesian Canoe & Bikes

Monday 04

10:00 am: Departure from school, in a Van.

12:00 am: Arrival at Ocean cabins, Maitencillo.
Organize the accommodation, order equipment.

13:00 hrs: Lunch

15:00 hrs: First class of Polynesian Canoe, in Maitencillo cove:

- History of the Va'a (Polynesian Canoe)
- Knowledge of the canoe.
- Rowing mechanics.

- Communication inside the canoe.
- Go to the water to row.

20:00 hrs: Dinner

21:00 hrs: Reflection and team bonding time.

22:00 hrs: Go to sleep

Tuesday 05

8:00 am: Breakfast

10:00 am: Polynesian canoe in Maitencillo cove.

- Functions of each position in the canoe (Ej: Who is the Peperu and what does he do, or who is the tare and what does he do)
- What to do in case of overturning.
- Go to the water to row.

13:00 hrs: Lunch

15:00 hrs: MTB through “Quebrada del Tigre”, Aguas Claras.
Beginners circuit.

- Induction to MTB, posture, braking, pedaling.
- Evaluation of the level of each student.

20:00 hrs: Dinner

21:00 hrs: Reflection and bonding time.

22:00 hrs: Go to sleep

Wednesday 06

8:00 am: Breakfast

10:00 hrs: Polynesian Canoe in Maitencillo cove:

- Practice of paddling technique and team coordination.
- Speed work.

13:00 hrs: Lunch.

15:00 hrs: MTB in Quebrada del Tigre.

Two groups will be formed; initial and intermediate.

- How to take curves
- Selection of lines.

20:00 hrs: Dinner

21:00 hrs: Reflection and bonding time.

22:00 hrs: Go to sleep.

Thursday 07

8:00 am: Breakfast

10:00 am: Polynesian canoe, paddling to Cachahua Island and back to Maitencillo Cove.

13:00 hrs: Lunch

15:00 hrs: MTB in Quebrada Del Tigre, work in two groups; Initial and intermediate. Go through the circuit and practice what you have learned.

20:00 hrs: Typical Chilean Barbecue.

21:00 hrs: Reflection and bonding time.

22:00: Go to sleep.

Friday 08

8:00 hrs: Breakfast

10:00 hrs: Trekking through coastal forest and classes of 7 principles of “Leave no Trace”

13:00 hrs: Lunch

14:00 hrs: Order equipment and luggage.

15:00 hrs: Return to Santiago

18:00 hrs: Students can be retired from school.

* The schedules can change depending on the weather, human factor and others.