

## Actividade de Sky

A actividade de Sky realizou-se no dia 23 de Março de 2010, na Estância Vodafone, Serra da Estrela.

A concentração dos alunos realizou-se na Escola por volta das 8:30h por parte dos alunos e Professores que iriam participar na actividade. Por volta das 9:30h iniciamos a nossa ida de autocarro para a Estância de Sky, esta viagem foi realizada conjuntamente com os alunos PIEF e seus professores que no mesmo dia realizavam uma visita de estudo à Torre na Serra da Estrela.

Aquando a chegada à Estância foi-nos atribuído o material necessário à prática da actividade de Sky e preparada já toda a comitiva passamos para uma aula de iniciação ao Sky com a monitora Isabel. Depois de feita referência a aspectos bastante importantes da prática desta modalidade realizámos uns pequenos exercícios de aquecimento e básicos da modalidade.

Feita esta pequena introdução à modalidade de Sky, passamos para as pistas sempre com a monitora a controlar as nossas descidas.

Finalizada a aula de iniciação cada participante já conseguia minimamente controlar a prática da modalidade. Depois de experimentar quase todas as pistas (de menor dificuldade) fizemos uma pausa para almoço, foi-nos fornecido um abrigo para aí podermos realizar a nossa refeição.

Após a pausa de almoço, voltámos para as pistas onde já quase todos os participantes experimentavam todas as pistas e até as cadeiras de transporte.

Por volta das 16h deu-se por terminada a actividade, entregámos todo o material utilizado e retornámos ao autocarro para a viagem de retorno.