

Programa de Actividades Aliva Activa 2015

Taller de Cocina Saludable. 18 de Julio 2015.

De la mano del Presidente de la Asociación Cocineros de Cantabria, Floren Bueyes, conoceremos diferentes técnicas de cocina saludable aprovechando al máximo los nutrientes de las materias primas sin pasar mucho tiempo en la cocina.

La cocina actual nos puede dar a conocer tanto alimentos hasta ahora desconocidos pero que ya podemos adquirir en cualquier supermercado, como nuevas formas de utilizar los alimentos de la cocina tradicional.

Gracias a los nuevos sabores y a la utilización de colores, la cocina saludable puede ser la mejor forma de salir de la rutina, estar sanos y fomentar nuestra longevidad.

Taller de Astronomía

Fechas:

Del 20 al 26 de Julio de 2015

Del 24 al 30 de Agosto de 2015

Del 14 al 20 de Septiembre de 2015

Horario:

A las 19:00h. nos reuniremos en el Salón de Recepción.

A las 22:30h. saldremos a la Bolera con el telescopio.

A través de las explicaciones del astrónomo Enrique Días nos acercaremos a la Astronomía de un modo lúdico con un taller diseñado para todos los públicos, desde niños hasta adultos sin ningún conocimiento previo sobre la materia.

Cada jornada (a media tarde) realizaremos un Taller práctico de iniciación a la Astronomía en el que enseñaremos a orientarse con el planisferio y los mapas estelares, explicaremos cómo son los distintos tipos de instrumentos de observación astronómica y su manejo (prismáticos y telescopio), e introduciremos conceptos básicos de Astronomía necesarios para observar el cielo por cuenta propia (movimientos de la bóveda celeste, brillo y nomenclatura de los astros, coordenadas celestes...)

Por la noche (después de la cena) realizaremos observaciones nocturnas en el exterior del hotel en las que los participantes pondrán en práctica lo aprendido (manejo del planisferio, de las cartas estelares, etc.). También, reconoceremos a simple vista las principales estrellas, constelaciones y planetas observables en ese momento y realizaremos observaciones mediante telescopio de la Luna y los planetas, cúmulos de estrellas, nebulosas, galaxias....

Las jornadas se completarán con talleres de observación solar; explicaremos cómo es nuestra estrella y la observaremos a través del telescopio. Apreciaremos sus manchas, su granulación, los filamentos y protuberancias...

Ruta de Montaña 'Minas de Altaiz'



Todos los Lunes desde el 1 de Julio al 30 de Septiembre de 2015

Punto de Salida y Llegada: Estación Superior del Teleférico El Cable

Hora de Inicio: 10:00h.

Duración: 4 horas

Desnivel: 300 m.

Dificultad: Media

Esta ruta nos sirve para conocer la historia geológica y minera de Picos de Europa. Desde el punto de inicio, seguiremos la pista minera que se adentra en el Macizo Central por el PR- 23 hacia Horcados Rojos, pero en el lugar conocido como la Vueltona nos desviaremos a la izquierda para recorrer el Hoyo sin Tierra, donde seguramente podremos ver rebecos.

Tras pasar por las Minas de Altaiz regresaremos por los Lagos de Lloroza a la Estación superior del Teleférico de Fuente Dé, donde nos recogerá de nuevo el Land Rover para llevarnos hasta el Hotel.

Observación de Perseidas. Del 11 al 15 de Agosto de 2015.

A las 22:30h. nos reuniremos en Recepción con el astrónomo Enrique Díaz, para recoger las mantas y dirigimos a la Lomba del Toro desde donde observaremos la lluvia de meteoros Perseidas, fragmentos procedentes del cometa Swift Tuttle, mientras disfrutamos de un chocolate caliente o un té del puerto con orujo.

Además, completaremos la actividad con observaciones visuales de las constelaciones y de los principales objetos celestes a través del telescopio.

Ruta de Montaña 'Cueva de Hielo'. 22 de Agosto de 2015.

Hora de Inicio: 08:00h.

Duración: 8 horas aproximadamente

Dificultad: Media - Alta.

Precio: 25€/persona (guía de alta montaña y seguro)

Material necesario: Botas de Montaña y Crampones.

Tomando como punto de partida el Hotel Aliva, después de tomar el desayuno de buena mañana saldremos en el Land Rover hacia la zona de Sotres donde empezaremos la ruta de montaña hasta la Cueva de Hielo, una cavidad única en los Picos de Europa situada en Peña Castil. Una vez allí, haciendo uso de los crampones podremos entrar y observar las espectaculares formaciones de hielo que se acumulan invierno tras invierno.

Después, podremos disfrutar del paisaje comiendo el picnic cortesía del Hotel Aliva, para después empezar el descenso hasta el punto de encuentro con el Land rover que nos llevara de nuevo hasta el Hotel.

Curso de Fotografía y Geolocalización.

Del 11 al 13 de Septiembre de 2015

Horarios:

11 y 12 de Septiembre: De 19:00h. a 21:00h. en el Salón de Recepción.

13 de septiembre a las 11:00 en el Centro de Estudios Lebaniegos en Potes.

De la mano de José Luis Bustamante, famosos fotógrafo lebaniego, aprenderemos a manejar las cámaras réflex actuales, conoceremos las diferencias entre los formatos RAW y JPEG y las técnicas de edición de fotos a partir del formato RAW aprovechando el maravilloso paisaje del que disponemos en los Picos de Europa.

Además, aprenderemos a crear tracks con nuestros smartphones y otros dispositivos móviles y a referenciar geográficamente nuestras fotos para finalmente, crear un video y/o una presentación junto con el track y así dejar una buena documentación de la ruta para sucesivas ocasiones.

Nota: Sería conveniente, aunque no imprescindible, traer un dispositivo que pueda generar un track de nuestros trayectos ,como puede ser un movil con gps y una aplicación como uruxmap o wikiloc en android o evrytrail en iphone ,, o un gps .

Curso de Seguridad y Orientación en la Montaña.

26 y 27 de Septiembre de 2015.

Horario: De 10:30 a 14:00

De 16:00 a 17:30

Precio: 33€/persona (guía de alta montaña y seguro)

Precio especial Fin de Semana: 99€/persona (2 noches en Alojamiento y Desayuno con Teleférico y Transporte en 4x4 el día de entrada y de salida).

Gracias a las explicaciones del Guía de alta Montaña Fernando Zamora, aprenderemos a movernos y orientarnos con seguridad por montaña a través de la utilización de los mapas y la brújula además de identificar nuestra posición y puntos de referencia.

También conoceremos las nociones básicas de la cartografía para interpretar los elementos de un mapa y conocer los mapas habituales en montaña y así poder empezar a realizar fichas de ruta con itinerario, horarios previstos y estado climatológico de la zona.

Taller del Queso. 3 de Octubre de 2015.

Al igual que años pasados, Floren Bueyes, Presidente de la Asociación Cocineros de Cantabria, nos enseña nuevos platos cocinados con productos gastronómicos de Cantabria, resaltando las Denominaciones de Origen de Queso de la zona, Quesucos de Liébana y Picón Bejes-Tresviso.

En este taller, el Jefe de Cocina de Cantur, realizara diversas demostraciones culinarias a la vez que nos proporcionara un dossier con varias recetas que podremos probar en nuestras casas.

Además, habrá una exposición de los diferentes tipos de queso que producen las queserías de la zona pudiendo degustarlos y adquirir los que más nos gusten.