

PADDLE SURF Y BOARD EN PESUÉS RIA TINA MENOR/PLAYA EL SABLE



El paddle board & Stand-up paddle sup se realiza en **Pesués**, en la frontera de Asturias y Cantabria, concretamente en La **Ría Tina Menor**, uno de los mejores lugares de toda la zona para la práctica de este deporte a nivel de iniciación. Es un lugar paradisíaco donde se funde el agua del río con el agua del mar.

En esta zona es dónde se encuentra la única escuela especializada de Asturias en esta modalidad.

Es una de las actividades del momento que engancha tanto a jóvenes como a adultos por igual.

Ofrecemos la oportunidad de descubrir el paddle surf, una nueva modalidad deportiva náutica estrechamente relacionada con el surf. Consiste en remar de pie encima de una tabla de surf de gran tamaño, con la ayuda de un remo.

Se trata de una actividad más sencilla de practicar que el surf, además de muy democrática, permitiendo a todos los públicos mayores de 5 años disfrutar de una experiencia divertida y segura.

Te proponemos hacer una ruta tranquila para que puedas disfrutar de los **paisajes marinos inigualables**, **avistamiento de cuevas** y la **fauna** que nos iremos encontrando por el camino.

1.- LUGAR

ZONA

El punto de encuentro varía en función de las mareas. La Ria Tina Menor cuando se encuentra en marea baja no tiene suficiente profundidad, por lo que tenemos dos puntos de encuentro según la ruta a realizar: la playa o nuestra escuela.

DISTANCIAS HASTA PESUÉS (KM)

8 km hasta San Vicente de la Barquera - 18 km Cuevas del Soplao - 20km Comillas - 27km Llanes - 41km Santillana del Mar - 52 Km Ribadesella - 65 km Santander - 65 Arriondas - 111 Gijón

2.- HORARIOS

DURACIÓN

1 H - 5 H Alquiler libre de material

2 H Rutas guiadas.

HORARIOS

Los horarios **varían en función del estado de las mareas**.

Se necesita reconfirmación antes de la actividad para concretar horarios disponibles y punto de encuentro.

INFLUENCIA MAREAL

En esta zona hay influencia mareal, es decir le afecta mucho el estado de la marea.

Debemos intentar hacer la actividad con pleamar (marea alta).

Se puede hacer 2 H antes que esté la marea alta de todo o 1 H después.

Recomendamos llamar a nuestras oficinas para ver el horario o consultar la tabla de mareas:

<https://tablademareas.com/es/cantabria/san-vicente-de-la-barquera>

3.- REQUISITOS

Saber nadar (Imprescindible)

Edad mínima 5 años. Menores de edad deben venir acompañados de un adulto responsable.

Formar un **grupo mínimo de 2 personas**. Los grupos de rutas guiadas se forman contando con otras personas. Reconfirmar la reserva unos días antes (siempre sujeta a condiciones climatológicas).

4.- EQUIPAMIENTO

MATERIAL INCLUIDO

Facilitamos el siguiente material: tabla, invento, remo, chaleco o licra y neopreno (si fuera necesario).

NO TE OLVIDES DE TRAER /CONSEJOS

Recomendamos llevar toalla, bañador, ropa de recambio y chanclas. En verano es recomendable llevar protección solar (crema).

5.- DETALLES DE LA ACTIVIDAD

Se pueden alquilar las tablas libremente, realizar rutas con guía o incluso cursos de aprendizaje.

Su éxito radica en la **gran facilidad de aprendizaje** y en su accesibilidad para todo tipo de personas.

Ofrece una gran variedad de modalidades de uso, y notarás una **rápida progresión a medida que lo practicas**.

Se trata de una actividad que implica un trabajo físico muy completo y gratificante.

Contamos con **monitores cualificados** que te explicarán las técnicas básicas necesarias para realizar esta actividad que nos permitirá descubrir lugares y calas a las que únicamente se puede acceder desde el mar, además de remar por uno de los lugares menos turísticos y con mayor belleza paisajística.

El **curso** consta de una pequeña **charla teórica** en la que se explicarán las técnicas básicas necesarias para realizar la actividad, **acompañados en todo momento por nuestros monitores** altamente capacitados y cualificados.

6.- ACTIVIDADES EXTRA

YOGA SOBRE LA TABLA - NIVEL INICIACION Y AVANZADO

Disfruta de una sesión de yoga on SUP, donde conectarás con el entorno y con tu yo más puro: el sol sobre tu piel, la naturaleza y el olor a libertad. Esta sesión no incluye remada en paddle surf. Se accede al agua y desde ahí, anclados, se realiza una sesión de Yoga adaptada al grupo con duración de una hora. Apto para todos los niveles y mayores de 7 años.

TABLA XXL

Nuestra tabla estrella para celebraciones, eventos, y juntadas de familia o amigos. Remar todos hacia el mismo objetivo, compartiendo risas y momentos en el agua. Tabla muy estable de 5 metros de longitud, ideal para familias con peques o adultos que quieran pasar un rato divertido. **Solo disponible en marea alta.**

6.- TARIFAS

ALQUILER

15 € por persona (1 H)

25 € por persona (2 H)

CURSO / RUTA GUIADA

35 € por persona (2 H)

SUP YOGA (YOGA SOBRE LA TABLA)

35 € por persona (1 H)

TABLA XXL (DESDE 4 HASTA 12 PERSONAS)

25 € por persona (2 H)

GRUPOS Y ESCOLARES

25 € por persona 2 H

(*) NOTA: Para aplicar la tarifa de grupos, se requiere un grupo mínimo de 30 personas (el grupo máximo es de 50 personas).