

Bike coast Bike

“A project which inspires you to change your life style”

1. Move your body every day more times – Start with cycling to your school ! It is a good habit !! (good health - sportive attitude – cycling against overweight young people)

Two different dynamic and sport minded schools in Europe, both situated on the borderline are going to cycle their coastlines. In Menorca we are going to cycle “the Dunes-rocky coast course” called: “the VOLTA” on MTB bicycles. In Holland we follow parts of the “VOC coastline” along the IJselmeer and through the Dunes of the North seaside on our city bikes! Participating students will be used as example how to live in a healthy way. A good health, condition, non smoking attitude is necessary to be/stay in this project !

2. Make cycling possible for everybody in all the countries of Europe; specially when they are young ! (political mission of the Dutch – we bring you a bicycle culture – change your infrastructure please Menorca)

In Menorca, Ciutadella, young students (15 years old) of I.E.S. Joseph M. Quadrado have a big wish to cycle more- to cycle save to school, to the beaches... ; the political and traffic situation are not prepared for cycling. In Holland, Hoorn the Dutch students of SG TABOR OSCAR ROMERO have a warm tradition of cycling (every day they cycle 15 km - 30 km) and nearly all the roads are prepared for cycling because of the separated bicycle-roads !

3. Learning biosphere, geographical difference, historical difference by telling on the bike - in the nature - what we see, smell, hear, take, taste... when we pass it. (host students prepare their guided tours)

Practical learning every minute, in the nature. Also we will make together sand sculptures, we play the beach games, we do acrobatics, we will scoby dive - so it will be an exchange in beach sports and culture !

4. Learning the English language, because all the communication will be in English - they have to explain all the guiding as well in English !

All we see, do, smell, taste, explain we need the language. Both student groups have to prepare some games we will play together. All the explanation will be in English ! Also we try to learn the students 50 words in the tongue languages of the guest families.

5. We will cooperate in both countries with the local Bicycle Clubs.

In Menorca, Ciutadella : the “Penya Ciclista Ciutadella”

In Hoorn: the local club.

Organitza



Patrocina



CONSELL INSULAR
DE MENORCA



AJUNTAMENT DE CIUTADELLA
DE MENORCA

Col.labora

Apartaments Blancala
CN Ciutadella
CN Fornells
Dia Complert
Distribucions Tolo Carreras, S.L.
Escola de Vela Ses Salines
Europcar
Idees Menorquines
Intersport
Joan i Jordi, S.L.
Norbus
Penya Ciclista Ciutadella
Prisma
Rètols
Transports Ignasi i Vicent
Velos Joan



**A project which inspires you
to change your life style**



Ciutadella de Menorca,
del 14 al 21 de maig de 2008

Intercanvi lingüístic i bicicleta

entre els centres

OSCAR ROMERO (HOORN)

IES JMQUADRADO (CIUTADELLA DE MENORCA)

programa

14/05 :: 08.30 h Recepció al centre. Assignació de parelles i entrega de bossa regal.
 09.00 h Berenar al pati de la cantina.
 10.00 h Recollida de les famílies i allotjament a les cases.
 11.00 h Trobada a la plaça del Born i començament de l'itinerari per Ciutadella
 12.30 h Final itinerari i tornada a les cases. Dinar i temps de descans
 16.30 h Ruta introductòria
 20.00 h Acte institucional a la seu del Consell Insular. Bereneta

15/05 :: 08.00 h Arribada a l'institut. Revisió general de bicicletes
 08.30 h Sortida RUTA 1. Costa Sud
 10.00 h Activitat i visita a Son Catlar
 12.00 h Activitat de volei-platja a Son Saura
 13.00 h Activitat: "El litoral marí i el sistema dunar"
 15.30 h Tornada cap a Ciutadella des de Cala en Turqueta
 16.30 h Arribada a l'institut
 19.30 h Acte de recepció a l'Ajuntament i bereneta
 21.00 h Tornada a les cases

16/05 :: 08.00 h Arribada a l'institut. Revisió general de bicicletes.
 08.30 h Sortida RUTA 2. Costa Nord
 09.00 h Activitat a ses Arenetes: "L'exploració ramadera a Menorca"
 11.00 h Activitat Necrópolis de Cala Morell
 12.00 h Arribada al "Pla de mar". Activitat: "Contaminació del Mediterrani i neteja de l'entorn"
 14.00 h Dinar i jocs a la Platja d'Es Bot
 17.00 h Tornada cap a Ciutadella
 18.30 h Arribada a l'institut

17/05 :: 08.00 h Arribada a l'institut. revisió general de bicicletes.
 08.30 h Sortida RUTA 3. Es barranc d'Algendar i el Camí Reial
 09.30 h Activitat: "La Taula de Torre Trencada"
 10.30 h Arribada al B. d'Algendar. Activitat: "Flora i fauna del barranc"
 12.30 h Cala Galdana
 13.30 h Arribada a Macarella. Dinar i jocs de platja
 17.00 h Sortida cap a Ciutadella
 18.00 h Arribada a l'institut

18/05 :: Activitats en famílies.

19/05 :: 08.00 h Arribada a l'institut. Revisió general de bicicletes.
 08.30 h Sortida RUTA 4. Camping de Son Bou
 09.30 h Cala Galdana
 10.30 h Arribada a Cala Mitjana. Berenar
 12.00 h Arribada a Trebaluger. Dinar
 15.00 h Arribada a Cala Tomàs
 17.00 h Arribada al Camping de Son Bou. Muntatge del campament o bany a la piscina
 19.30 h Preparació del sopar. Sopar i vetllada

20/05 :: 08.00 h Diada al campament
 08.30 h Preparació del berenar i dels entrepans per la ruta. Recollida material d'acampada
 11.00 h Sortida RUTA 5. Camping Fornells
 12.00 h Activitat a les pedreres de "Santa Ponça"
 14.00 h Dinar a Sa Roca
 15.00 h Arribada a Ses Salines de Fornells. Repartiment d'activitats nàutiques
 17.30 h Recollir material i carregar bicicletes en el camió
 18.00 h Sortida en bus cap a Ciutadella
 19.00 h Arribada a l'institut
 20.30 h Sopar a l'institut i festa final d'intercanvi

21/05 :: 06.00 h Trobada a l'institut i comiat dels pares
 07.00 h Comiat final a l'aeroport
 08.00 h Arribada a l'institut i incorporació a les classes habituals

rutes

Ruta 1 (15/05)

Costa Sud de Menorca

Sortida de l'institut. Carretera Santandria, Ronda Sud, Camí de St. Joan de Missa, Camí de Son Saura, aturada al Poblal de Son Catlar, pas per Son Terí fins la cova d'es Pardals, Camí de Cavalls, Cala Vell, platja de Son Saura, Es Talaier, Cala'n Turqueta.
 Tornada pel camí St. Joan de Missa, Ciutadella, Ronda Sud, Carretera Santandria, entrada per R. Argentina, C. Mercadal i arribada al centre.

Ruta 2 (16/05)

Costa Nord de Ciutadella

Sortida de l'institut cap a la Ronda Sud. Camí d'es Caragolí fins arribada a Ses Arenetes, Camí del Club Hípic, Carretera C. Morell, Cala Morell, Camí de Cavalls, Codolar de Biniatram, Ses Fontanelles, La Vall, Es Pla de Mar, Illoc Algaiarens i platja d'Es Bot.
 Tornada pel camí de la Vall, Ronda Sud fins la Carretera Santandria, Rep. Argentina, C. Mercadal i arribada al centre.

Ruta 3 (17/05)

Sortida de l'institut cap el Camí Vell, aturada a Torre Trencada, aturada a Es Barranc d'Algendar, Camí Reial, Carretera de Cala Galdana, Cala Galdana, Macarella.
 Tornada pel camí de Macarella, Ronda Sud fins a el Camí de Sa Caleta, Rep. Argentina, C. Mercadal i arribada al centre.

Ruta 4 (19/05)

Sortida de l'institut cap al Camí Vell, lloc de Santa Galdana, Cala Galdana, Camí de Cavalls, Cala Mitjana, Trebaluger, Cala Fustam, Cala Escorxada, Binigaus, Cala Tomàs, Lloc de Talis, Es Prat de Son Bou, Urb. Sant Jaume i arribada al Camping de Son Bou.

Ruta 5 (20/05)

Sortida del Camping de Son Bou, Lloc de Santa Ponça, Pedreres de Santa Ponça, Barranc d'es Rellotge, Es Polvorí, Camí Llucassaldent, Alaior, Poligon d'Alaior, Camí d'en Kane, Camí de Sa Cucanya, Sa Roca, Carretera cap a Fornells i arribada a Ses Salines.
 Tornada en camions i bus cap al centre.

