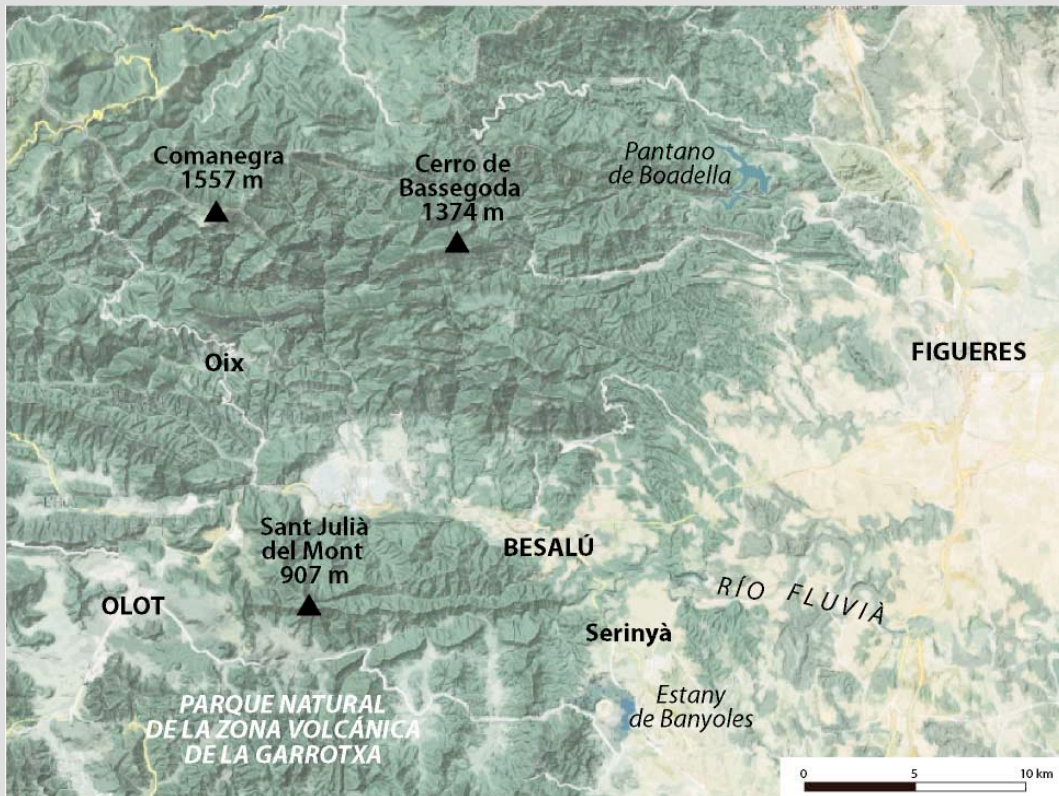


**DETALLE DEL CURSO DE LIDERAZGO I EN RUTA A CABALLO:
Pirineos Orientales**



FICHA TÉCNICA

Curso en Ruta a Caballo 7 Días en Pirineo Oriental

Entre Zona Volcánica de la Garrotxa, Banyoles y Figueres (Provincia de Girona)

- **Día 1** Serinyà - Bienvenida y organización. Asignación de tu Caballo.
- **Resto de días.** Presentación de los contenidos y de la ruta prevista, adaptada al grupo:
 - o Preparación de los detalles para iniciar la marcha. Etología del caballo y Liderazgo.
 - o Manejo del caballo y equitación.
 - o Cada día cabalgaremos entre 2 y 4 horas, recorriendo distancias de entre 10 y 30 km aprox. con desniveles de hasta 200 m. Por las cuencas y montes de los ríos Fluvià, Ser, Manol o la Muga
- **Día 7** Serinyà – Retorno al punto de inicio para finalizar el curso en ruta.

Este curso se lleva a cabo de forma intensiva durante 7 días con inicio y fin en Serinyà, provincia de Girona.

Comenzaremos a las 11h en Serinyà. Nos presentaremos y veremos la agenda de los próximos días. La organización y planificación será parte de nuestro aprendizaje.

Contaremos con apoyo logístico para el transporte de equipajes entre los distintos lugares donde nos alojemos. A lomos del caballo llevaremos lo imprescindible para ganar en comodidad.

Seremos progresivos tanto en lo relativo al aprendizaje sobre Liderazgo como a nuestro esfuerzo físico cabalgando. Cada noche la pasaremos en una casa rural, aprovechando las mejores horas del día para caminar con seguridad, y dedicándonos durante la marcha, las paradas y a la llegada al punto de pernoctación a la formación, práctica y razonamiento del Liderazgo.

Nos levantaremos temprano y por la noche, tras la cena, revisaremos el plan para el día siguiente. También entonces habrá momentos de libre disposición que darán para descansar, charlar, repasar contenidos o lo que se, a no muy lejos de donde estemos. Hemos de tratar de estar disponibles y con energía para nosotr@s mism@s y también para l@s demás.

Las condiciones climatológicas podrán afectar el ritmo de avance, con lo que estaremos expuestos a la adaptación continua. Nuestro objetivo primario es facilitar el aprendizaje del Liderazgo, por lo que desde esa adaptación seguiremos el curso aunque –si se da el caso- no podamos finalizar el tramo de ruta previsto.

El último día, ya en Serinyà, finalizará el curso tras la comida, aproximadamente sobre las 16 horas. Antes de partir se hará entrega de un certificado “LIFE Leadership School” conforme se han completado satisfactoriamente todas las horas del curso.

→ ***Y, ¿cómo sé si estoy preparad@ para un curso así?***

Probablemente lo verás como un reto atractivo, una oportunidad de disfrutar de la naturaleza, los caballos y un entorno precioso, así como de aprender a dar lo mejor de ti mism@ liderando tu vida hacia donde tú quieras.

Aún así es importante que tengas en cuenta aspectos físicos, dado que emplearemos nuestro cuerpo durante el curso. Esta ruta a caballo implica una actividad física que suele ser suave y progresiva, no obstante con cansancio, lluvia o viento habrá que esforzarse un poco más, pudiendo llegar a cabalgar más de 4 horas durante un día. Estaremos a tu lado.

Para ello es necesario haberse preparado mínimamente antes del curso. Es recomendable llevar una vida saludable, que incluya ejercicio suave y regular varios días a la semana. Si no es el caso puedes prepararte antes de acudir al curso con un preparador físico, realizar alguna salida a caballo con un guía/profesor o consultarnos.

→ ***Sobre lo de compartir casas rural, o incluso cocinar entre tod@s..***

En este curso se incluye alojamiento a media pensión más comida tipo picnic, generalmente no habremos de cocinar entre tod@s. El alojamiento puede comportar compartir habitación con otr@s compañer@s. Salir de lo que nos resulta habitual y “bajo control” nos permitirá explorar situaciones óptimas para aprender cosas nuevas. Este no es el típico curso en el que dictamos cómo es ser un buen líder y l@s alumn@s toman nota. Exponernos a situaciones como el compartir una habitación o preparar una cena con otras personas nos ayudarán a comprendernos mejor, intuir nuestros puntos fuertes, los que nos autolimitan y aquellos que sin pensarlo pueden molestar a l@s demás. Tod@s nos esforzaremos en estar lo mejor posible durante el curso.

La convivencia nos ayudará a poner en práctica lo que aprendamos sobre liderazgo.

→ ***Me apetece mucho el curso y la experiencia pero tengo miedo a no poder seguir el ritmo de l@s demás..***

Tanto si fueses campeón/a de travesías a caballo, tuvieses unas dotes innatas de inteligencia emocional, o maestro del parchís, nos adaptaremos al ritmo del grupo en el aprendizaje y en la progresión a caballo. Eso implica tomar un ritmo que a tod@s nos sea cómodo. En los retos hallaremos valor.

→ ***¿Qué hacer una vez ya me he inscrito?***

Recibirás un email cuando, tras haber realizado el pago confirmemos tu inscripción. Antes de contratar tu transporte hasta el punto de inicio del curso espera a que confirmemos el curso una vez las plazas mínimas hayan sido cubiertas. Consulta en la web nuestro [proceso de inscripción](#) para más información.

Y si aún así tienes dudas, contáctanos en info@lifeleadershipschool.com o en el telf. +34 675 491 993.