

PREGUNTAS FRECUENTES

FAQ

→ ¡Bienvenidos a la Escuela de Surf La Curva! ←
Welcome to La Curva Surf School!



¿Qué ropa debo llevar?

Muy fácil: simplemente un bañador deportivo pegado o bikini que no moleste bajo el neopreno. Evita adornos que puedan molestarte en el agua o perderse. No olvides protector solar (necesario aunque esté nublado), unas chanclas y una toalla para secarte después del baño. Y lo fundamental: ¡muchas ganas de pasar un buen rato! Y si vienes a surfear en invierno, es aconsejable incluir escarpines.

• What should I bring?

Very easy: just a skin tight trunk or bikini that won't bother underneath the wetsuit. Avoid jewellery that can hurt you or get lost. Don't forget sunscreen, some flip-flops (if you don't like going barefoot) and a towel to dry yourself off after the surf lesson. If you come surfing in winter, it's advisable to bring a pair of booties.

¿Qué incluyen las clases y cuánto duran?

Todas las clases tienen una duración de dos horas e incluyen tabla, traje, invento, licra de señalización y seguro de accidentes. Las clases en grupo nunca superan los 8 participantes por monitor. Todos los monitores de La Curva son técnicos deportivos titulados por la Federación Cantabra de Surf y/o Española y el Ministerio de Educación y Ciencia.

• What do the classes include and how long do they last?

All classes are two-hours long and include board, wetsuit, leash, lycra and insurance. Group classes never exceed 8 pupils per instructor. All the instructors of La Curva Surf School are sports technicians qualified by the Cantabria/Spanish Surfing Federation and the Ministry of Education and Science.

¿En qué consiste una clase de surf?

Previamente dividimos a los alumnos por niveles y edades (para comprobar el tuyo te invitamos a chequear todos los niveles AQUÍ). Empezamos la clase con un buen calentamiento, fundamental para disfrutar del ejercicio sin lesiones y evitar sustos en

PREGUNTAS FRECUENTES

FAQ

el agua. Después, unas breves nociones teóricas en la arena (unos 15-20 min, según necesite el grupo), una práctica en la orilla (hasta llegar al punto) y, el resto de la clase, ¡a coger olas! Dependiendo de tu nivel, el instructor entrará al agua con o sin tabla, y siempre estará ahí para corregir y ayudarte.

• **What does a surfing class consist of?**

The first thing we do is divide the participants by levels. To calculate yours, we invite you to check all our levels [HERE](#). We start the class with a good warm up. Afterwards, a brief theoretical lesson on the beach (about 15-20 min, depending on the group's needs), a practice on the shore (until we get to the point) and the rest of the class, to catch waves!

• **¿Puedo ir si nunca he surfado?**

¡Por supuesto, para eso estamos! Con nuestras clases de iniciación, entenderás los conceptos básicos para iniciarte y progresar rápidamente. En caso de haber surfado en alguna otra escuela o por tu cuenta alguna vez, prueba nuestras clases y verás que el surf es realmente un deporte para todos.

• **Can I go if I don't know how to surf?**

Of course, that's what we're here for! With our beginners' classes, you'll progress quickly and understand the basic concepts to get started in this sport.

• **No soy iniciación, tengo ya nivel. ¿Voy a dar clase en las espumas?**

Por supuesto que no, por eso siempre os pedimos que indiquéis vuestro nivel en la ficha de inscripción con el fin de organizar los grupos por niveles. También es importante que comentéis con tu monitor si tu objetivo es mejorar alguna de las técnicas, corregir maniobras básicas, coger tus primeras paredes, una videocorrección, etc., de forma que podamos adaptarnos perfectamente a tus necesidades.

• **I'm not a beginner, I already know how to surf. Am I going to spend the lesson in the white water?**

Of course not. That's why we always ask you to indicate your level in the registration form in order to organise the groups by levels. You should also comment with us if your objective is to improve any of the techniques in particular, correcting basic manoeuvres, etc. We'll be happy to provide you with the necessary information so that the instructor and the school can adapt the lesson to your needs.

PREGUNTAS FRECUENTES

FAQ

No sé cuál es mi nivel No te preocupes, puedes consultarlos AQUÍ. Este cuaderno también nos ayuda a personalizar la clase determinando exactamente los objetivos a conseguir en cada cursillo por parte de cada uno de los participantes.

- I don't know what my level is Don't worry, that's why we've created six levels that you can check HERE. This level booklet also helps you to personalise the class by determining exactly the objectives to be achieved in each course by each of the participants

¿Los adultos comparten clase con los niños?

Nunca juntamos adultos con peques en clases de iniciación. De hecho, los más pequeños tienen sus propios turnos con una dinámica completamente diferente, adaptada a su edad y desarrollo psicomotriz. Eso no quita para que, en ocasiones, tengamos niños y adolescentes con un nivel de surf que les permite compartir las clases avanzadas con adultos.

En temporada alta ofrecemos diferentes turnos de mañana y tarde a diferentes niveles. Contacta con la Escuela previamente para realizar tu reserva.

• Do adults share the class with children?

We never put adults together with little ones in beginner lessons. The youngest ones have their own lessons with completely different teaching techniques adapted to their age. However, we do have children and teenagers with adults with a similar level of surfing that allows them to share the ADVANCED classes together.

In high season, our lessons take place at different times of the day, depending on your level. Please contact us to book your lesson in advance.

CUALQUIER DUDA O CONSULTA PREGÚNTANOS, ESTAMOS A TU DISPOSICIÓN Y ENCANTADOS DE ATENDERTE.

CONTACT US IF YOU HAVE ANY QUESTION, WE'LL BE HAPPY TO HELP YOU.