SAÍDA DE INICIACIÓN Á MONTAÑA INVERNAL: VILLAMANÍN

TIPO DE ACTIVIDADE:
Saída de toma de contacto coas técnicas básicas de montaña invernal en Villamanín, perto do porto de Pajares (León).
Progresión con crampóns, manexo de piolets, etc.

DATAS: do 27 ó 29 de xaneiro
Prazo de Inscrición: ata o venres 20 de xaneiro

Nº de Prazas: 23 **NIVEL TÉCNICO:** Básico **NIVEL FÍSICO:** Medio

A actividade está aberta a persoas non socias do clube e non federadas.

PREZOS:	Socios Federados:	23,20 €	Socios Non Federados:	43,20 €
	Non Socios Federados:	33,20 €	Non Socios Non Federados:	53,20 €

INSCRIPCIÓN E PAGO:
A inscripción farase na secretaría do clube de forma presencial, por mail (artabros@artabros.org) ou chamando ó teléfono 981 21 31 15 en horario de 20:00 a 22:00 de luns a venres.
Feita a inscripción, o pago resolverase na Secretaría do clube ou ingresando o importe da saída na conta **2080-5565-00-3040002362** (NG Banco, titular: SM Ártabros).
Nos ingresos por banco o concepto será: **Partida de cargo 713-128.**

REUNIÓN: Martes 24 de xaneiro ás 20:00 no clube. Asistencia obrigada para a xente que ven por primeira vez a unha actividade de montaña. Están excusados os veteranos. Os demáis facede por vir, se non podedes, avisade para aclarar a organización dos coches e do material.

MATERIAL NECESARIO:
Roupa para montaña de inverno (capas interiores térmicas, ou camisetas técnicas de montaña, segundas capa de abrigo ou soft-shell, e unha boa capa impermeable, goretex ou similar. Pantalois de cordura ou de montaña-esqui. Luvas de montaña – esquí, e gorro. Aconsellable unhas polainas)

-Unhas boas botas de montaña (preferiblementede goretex). Gafas de sol para montaña, e protección solar. Unha mochila de ataque para levar material para un día.

-Crampóns, piolet e casco: As persoas que non dispoñan deste material que o comuniquen na secretaría do clube ó facer a inscripción.

Os crampóns/piolets dos que dispoñamos no clube adxudicaranse por orde de inscripción. Quen quedase sen eles, terá que conseguilos por outra banda. É imprescindible traer tanto crampóns como piolet.

ALOXAMENTO:
Albergue de Villamanín.
Se alguén non quere levar saco de dormir, o albergue dispón de mantas e sábanas. (Aluger de sábanas: 2 €)

COMIDA:
Almorzo do venres e sábado no albergue. O almorzo vai incluído no prezo.
Cea do venres por conta de cada quen.
Cea do sábado no Ezquiel (non incluída no prezo da saída).
Levar comida de ataque para sábado e domingo: frutos secos, chocolate, barras enerxéticas, etc.
Pódese coller auga no albergue.

DESPLAZAMENTO:
Realizarase en coches particulares. O día da reunión organizarase o reparto da xente segundo o lugar de saída.
O lugar de quedada na Coruña, é no Polígonode Elviña, rúa de María Casares.
O habitual é sair a iso das 17:00 da Coruña. Outros puntos de quedada serán a area de servicio de Guitiriz (Lugo) e Nadela (Lugo). Todo o traxecto é por autovía ata León, e logo a estrada nacional a Oviedo (non a autoestrada) cara Pajares. Villamanín está na mesma estrada, un pouco antes de Pajares.

DUBIDAS: Tfno. Artabros 981213115 (En horario de 20:00 a 22:00 h)
E-mail Organizadores: Ignacio, igfrmi@gmail.com Noemi, nperez@mundo-r.com