

ACTIVIDADES DE MONTAÑA. DESCRIPCIÓN Y NORMATIVA

Las actividades de montaña organizadas por la SM Artabros, guiadas por personal de la Fundación USC Deportiva, son actividades de media montaña con escasa dificultad técnica. No son actividades de alta montaña.

A diferencia de las actividades de senderismo, tienen un objetivo claro, que es alcanzar una cumbre. Por lo tanto la dificultad es mayor, bien por el desnivel, por la longitud o por el terreno por donde transcurren.

Por eso es necesario tener una buena forma física, así como cierta destreza, agilidad y capacidad de sufrimiento.

Es necesario estar federado, con una modalidad que cubra la actividad a realizar.

La actividad estará guiada y dirigida por dos monitores titulados

En todo momento hay que cumplir las normas establecidas por los mismos.

La actividad se realiza en grupo por lo que los participantes deben tener en cuenta que una mala decisión tomada por su parte puede perjudicar al resto del grupo

Es imprescindible realizar la actividad con material adecuado para la misma (calzado, ropa, mochila, etc...), así como llevar la comida y bebida necesarias para una actividad de este tipo

Es recomendable que cada participante lleve su botiquín personal, independientemente de que la organización lleve uno básico de primeros auxilios. También se recomienda llevar una manta térmica, linterna frontal, teléfono móvil

La basura y residuos que generemos durante la actividad no pueden quedar en el monte y deben ser gestionadas correctamente al acabar la actividad

RUTAS PREVISTAS

-31 de marzo. Monte Oribio. Considerado por muchos como uno de los mejores miradores panorámicos de Galicia es una montaña con fuertes desniveles, situada entre Triacastela, Samos y O Caurel

-14 de abril. O Faro, O Caurel. Esta cumbre es prácticamente el límite norte de una de las sierras más emblemáticas de Galicia por sus valiosos recursos naturales: O Caurel.

-5 de mayo. Penarrubia, Ancares. Situado en las estribaciones de la cordillera cantábrica, rodeado de profundos valles, es uno de los imprescindibles de la montaña gallega

-9 de junio, O Pindo, Carnota. O Pindo, macizo montañoso de gran entidad con características únicas, situado a orillas del atlántico, repleto de mitos y leyendas.

Para cualquier duda relacionada con las rutas podéis contactar en:

natureza@fundacionuscdeportiva.org