

SIERRA HELADA
SENDERISMO
20 DE ENERO 2019

JUEVES 17 DE ENERO

21'45 HORAS - CENTRO EXCURSIONISTA

Información de la actividad, aclarar dudas, vehículos, tramitar seguro del día, etc...

DOMINGO 20 DE ENERO:

SALIDA:

07,30 DE LA MAÑANA

DESDE LA ANTIGUA ESTACIÓN DE TREN

SALDREMOS CON PUNTUALIDAD

ITINERARIO:

Saldremos en dirección Benidorm (Rincón de Loix).

La ruta la iniciaremos en el mismo Benidorm, para subir a la cruz. Desde aquí seguiremos por el cordal de la sierra, desde donde tendremos en todo momento unas vistas inmejorables, por el interior hacia el Puig Campana, Ponocho, Bernia hasta el Peñón de Ifach, y por el otro lado los acantilados, con alturas, en algunos casos superiores a los 300 metros hasta el mar. Llegados a la cumbre (Alto del Gobernador) cogeremos un sendero, que en vertiginosa bajada lleva al Albir. Poco antes de llegar haremos un recorrido de ida y vuelta para visitar el faro.

Una vez de vuelta al Albir y haber comido cogeremos el autobús que nos volverá a Benidorm.

El tiempo previsto de duración de la actividad será de unas 7 h, con las paradas a desayunar, comer y el retorno a Benidorm.

La distancia es de 14 kilómetros aproximadamente.

El desnivel acumulado es de 825m.

DIFICULTAD DE LA ACTIVIDAD:

MEDIA. Con esfuerzo físico medio. Siempre por caminos o senderos. Una persona algo entrenada la realizara sin problemas. En la actividad no se dará ningún tipo de competición y intentaremos poner un ritmo adecuado para todo el mundo, sabiendo de la dificultad de poner un ritmo adecuado para todos.

EQUIPO NECESARIO

- Botas o zapatillas cómodas con buena suela.
- Ropa de acuerdo con la época.
- Chubasquero o paraguas si hay probabilidad de lluvia.
- Bastón de trekking, aconsejable.
- Agua para toda la actividad
- Pequeña Mochila
- Desayuno y comida.

CONDICIONES DE LA INSCRIPCIÓN:

MAYORES DE 18 AÑOS

Ultimo día de inscripción, el jueves 17 de Enero para hacer los seguros deportivos para quien no lo tenga.

ABSOLUTO RESPETO A LA NATURALEZA EN TODA LA ACTIVIDAD

PRECIO DE LA INSCRIPCIÓN:

| | |
|----------------------------------|------------|
| SOCIOS C.E.Y FEDERADOS | 2,00 euros |
| SOCIOS C.E.Y NO FEDERADOS | 5,50 euros |
| SIMPATIZANTES C.E.Y FEDERADOS | 3,00 euros |
| SIMPATIZANTES C.E.Y NO FEDERADOS | 8,00 euros |

LA INSCRIPCIÓN INCLUYE:

Seguro deportivo de un día para los no federados.

FOTOS DE LA ACTIVIDAD





