



CAMINO de las CRUCES

Las Mesas - El Retamal - El Talayón - Cruz de Hoya Alta - Lomo Verdugo-Cuevecillas
Sábado 4 noviembre 2023 3ª Salida del Calendario de Otoño/Temporada 2023-24

HORA Y PUNTO DE ENCUENTRO

Hora Encuentro: **8h15'**. Hora Salida Guagua: **8h30**.
 Punto Encuentro: **Parada guaguas Avda. Alcalde J. Ramírez Bethencourt (esqu. Carvajal)**
 Regreso: **entre 16 y 18 h** (aprox.).

TRAYECTO GUAGUA

La ida es por la Cra. Gral. del Centro hasta las Mesas (2,5 km de Cruz de Tejada) y la vuelta desde Cuevecillas-Teror (final de ruta) será por el Norte. En esta ocasión **NO** se podrá trasladar a los participantes que habiten en las cercanías de dichos recorridos.

RUTA

En las Mesas (2,5 km de Cruz de Tejada) se inicia la ruta que baja por el lomo de la Almagrera hasta el cruce de Ariñez y sigue por los caminos y pistas que surcan la divisoria entre las cuencas de Madrelagua y San Isidro hasta la Cruz de Hoya Alta donde baja ala GC42 donde termina la ruta.

Longitud **8,1km** Desnivel **872m**. Tiempo: **4 h**. Dificultad. **Poco Difícil** por su moderado desnivel, descendente (90% del itinerario) y algún tramo de sendero deteriorado que requiere precaución

EQUIPO Y RECOMENDACIONES

La ruta discurre por las medianías norteñas de la isla zona que, en esta época otoñal, se han de prever alguna lluvia otoñal y un terreno mojado por lo que se recomienda equipo impermeable adecuado.

INSCRIPCION

Solo federados NEOPHRON con Licencia Federativa Fecamon /FEDME 2023 en Tfno. **699 997 384**.
 Plazo de Inscripción: de lun. 30 oct. a vie. 3 nov 2023
 Participación limitada, según plazas (36-40-55).
 Anulación: Hasta 16h del vie. 3 nov 2023
 Gasto Participación: (transporte y organización) **12 €**.

ORGANIZAN e INFORMAN:

José Orts Santacreu PPO **606290498** y
 Manolo Cardona Sosa **676478188**

¡ MUY IMPORTANTE!

NO INSCRIBIRSE en la actividad de sufrir *patologías, lesiones o estados psicofísicos que pudieran agravarse durante la ruta*. Tampoco bajo los efectos sustancias o medicamentos cuyos efectos puedan causar trastornos de gravedad.

Por la seguridad del grupo y la suya propia, el participante se compromete a cumplir las **“Normas de Seguridad y Comportamiento de Senderismo Básico”** mediante su firma, ajustándose en todo momento a las indicaciones de Monitores y Auxiliares

El itinerario, horario o zona de la actividad podrán ser modificados por causas de fuerza mayor. La actividad podrá ser suspendida por alerta meteorológica o quórum inferior a 18 inscritos

MIDE NEOPH 231104 SEND B RUTA DE LAS CRUCES

horario	2h 45'			severidad del medio natural
desnivel de subida	21 m			orientacion en el itinerario
desnivel de bajada	872 m			dificultad en el desplazamiento
distancia horizontal	8,1 Km			cantidad de esfuerzo necesario
tipo de recorrido	Travesía			

Condiciones de tres estaciones, tiempos estimados según criterio MIDE, sin paradas. Calculado sobre datos de 2023.