



RUTA INVERNAL II

De La Retamilla a Fontanales por Moriscos, Pinos Galdar, Lomo Galeote, Gusano y Pirolero

9 Marzo 2024 5ª SALIDA CALENDARIO INVIERNO 2024

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 17 y 19 h** (aprox.)

RUTA

De La Retamilla a Fontanales por Lomo de la Retamilla, Hoya de la Vieja, Cañada de la Vieja, Montañón Negro, Montaña del Capitán, Pinos de Galdar, Lomo Galeote, El Gusano, Lomo de la Cruz y Area Recreativa El Pirolero.

Longitud: 9 km. Duración estimada: 4:30h. Desnivel positivo: 373 m. Deseñivel negativo: 789 m. Dificultad: en seco Baja-Moderada (con firme mojado **Moderada**).

Recorrido en general por buenos senderos y tramos de pista. Aún así, requerirá concentración y atención para evitar caídas sobre el propio recorrido por terreno suelto en algunos tramos o pinocha. Salva un deseñivel de bajada importante. De forma sostenida con alguna pendientes forzada, requerirá buena forma física y una cierta familiarización en recorridos con descensos sostenidos. Con terreno mojado requerirá incrementar la precaución.

Ver ficha **MIDE**:

MIDE		Ruta Invernal II, Retamilla-Fontanales	
horario	3h 20'		2 severidad del medio natural
deseñivel de subida	373 m		2 orientacion en el itinerario
deseñivel de bajada	789 m		2 dificultad en el desplazamiento
distancia horizontal	9,0 Km		3 cantidad de esfuerzo necesario
tipo de recorrido	Travesía		
Condiciones de todo el año, tiempos estimados según criterio MIDE, sin paradas. Calculado sobre datos de 2024.			

TRAYECTO GUAGUA

La ruta de la guagua es de ida y vuelta por la Ctra. del Norte. Las personas participantes residentes en esta zona que no quieran trasladarse al Punto de Encuentro y prefieran ser recogidos en ruta, han de solicitarlo al efectuar su inscripción.

INSCRIPCION

Solo federados NEOPHRON con Licencia Federativa Fecamon /FEDME 2024 en Tfno. **699 997 384**.

Plazo de Inscripción: 04-08 de marzo 2023

Participación limitada, según plazas (36-40-55).

Anulación: Hasta 16 h del 8 de marzo 2023

Gasto Participación: (transporte y organización) **15 €**.

EQUIPO Y RECOMENDACIONES

Obligatorio calzado técnico de senderismo preferiblemente bota. Necesario, bastones por el deseñivel. Aunque la previsión es favorable, se recomienda vestimenta y calzado adecuado a condiciones invernales. Ver apartado "Equipamiento" en normas de seguridad y comportamiento"

ORGANIZAN INFORMAN: José Orts "PPO" **606 290 498** y Pedro Costeras **653 75 30 74**

IMPORTANTE!

- 1.- NO INSCRIBIRSE** en la actividad de sufrir patologías, lesiones o estados psicofísicos que pudieran agravarse durante la ruta así como si se está bajos los efectos de sustancias o medicación que pudieran causar trastornos o riesgo para la salud
- 2.-** Por la seguridad del grupo y la suya propia, el participante se compromete a cumplir las **"Normas de Seguridad y Comportamiento de Senderismo Básico"** ajustándose todo momento a las indicaciones de monitores y auxiliares
- 3.-** La ruta podrá ser modificada, pospuesta o suspendida por causas de fuerza mayor, alerta meteorológica o falta de quórum



EQUIPO TÉCNICO

NEOPHRON