



A.D. GRUPO DE MONTAÑA PEGASO

www.montanapegaso.com

X Trofeo Cordales PEGASO 2018



EL ESPINAR - LA JAROSA

Fecha:	21 de enero de 2018
Transporte:	Autobús <ul style="list-style-type: none">• 08:00 Canillejas (Calle Alcalá, 634)• 08:15 Plaza de Castilla• 08:40 Las Rozas (Rotonda del Carrefour) (Ver salida de autobuses en la web)
Precio:	12 € Federados (con Licencia B o superior) 15 € Otros (Incluye seguro) Pago previo mediante tarjeta bancaria obligatorio.
Datos técnicos:	<ul style="list-style-type: none">• Opción A: El Espinar - Cueva Valiente - Cabeza Líjar - La Jarosa Distancia 23,6 km. Desnivel acumulado +1170m / -1270m. MIDE 2-3-3-4, 8h20' de marcha efectiva.• Opción B: El Espinar - Cueva Valiente - San Rafael Distancia 16,6 km. Desnivel acumulado +780m / -740m. MIDE 2-3-3-3, 5h40' de marcha efectiva.
Material:	Botas de montaña, bastones, cortavientos, gorra, gafas de sol, ropa de abrigo, algo de comida y agua suficiente. Material de orientación (GPS y/o mapa y brújula). Posible necesidad de crampones y piolet.
Inscripción:	En la web del club a partir del 8 de enero: www.montanapegaso.com <i>Ver condiciones de inscripción y anulación en Web</i>
Coordinador:	Manuel Pozuelo manpoz@gmail.com 699089956

