



A.D. GRUPO DE MONTAÑA PEGASO

www.montanapegaso.com

TRAVESÍA VIVAC EN GREDOS



Fecha:	28 y 30 de Agosto
Transporte:	Coches particulares. Se coordinará a los participantes para completar los vehículos. Vuelta en Taxis desde Navalperal de Tormes a la plataforma del Nogal del Barranco.
Alojamiento:	Vivac: saco (obligatorio)/funda vivac/esterilla. Desayuno, comida, cena: No incluidos.
Descripción:	Viernes 28: Etapa nocturna: De la plataforma a la Mira (1º vivac) Plataforma del Nogal del Barranco 1.100m - Refugio Victory 1.995m - La Mira 2.343m. Distancia: 5,5 km, desnivel :+1.155 m, tiempo : 4 - 5 horas Sábado 29: De la Mira a la Laguna Grande (2º vivac) La Mira 2343m - Refugio del Rey 2229m – Morezón 2389 – Laguna Grande 1950m. Distancia 15,6 km, desnivel :+298 m / -497 m, tiempo : 5 – 7 horas Domingo 30: Laguna grande – 5 Lagunas - Navalperal de Tormes Laguna Grande 1.950 m - Portilla del Rey 2.373 m – 5 Lagunas 2.100 m - Navalperal de Tormes 1.301 m. Distancia: 16,2 km, desnivel : +384 m / -993 m, tiempo : 6 - 8 horas
Precio:	Federados licencia "A" o superior: 19 €. Otros: 28 € (incluye seguro 3 €/día) En los dos casos el precio incluye el taxi de vuelta.
Inscripción:	A partir del 10 de Agosto en www.montanapegaso.com Ingreso de la totalidad del dinero mediante tarjeta bancaria (preferentemente) o por transferencia a la cuenta: 2100 5522 72 2100264522 , concepto: "Nombre participante + Vivac en Gredos" Si no se hace el ingreso en un plazo de 4 días se perderá la plaza. Ver condiciones de inscripción y anulación en la web del Club.
Información:	Teléfono: 622263038 (Mariano). A partir de las 18h30. Email: marianosiguero@yahoo.es
Material necesario:	Temperaturas altas durante el día se recomienda protección solar 50 U.V, gorra, gafas de sol, frontal, cantimplora/camel 3 litros+botella, peso de mochila en carga 10-15kg . Aplicando un criterio de prudencia: 4-5 litros de agua diarios.

