



A.D. GRUPO DE MONTAÑA PEGASO

www.montanapegaso.com

IX Marcha del día de la Mujer 2019

‘El Escorial a San Rafael ‘

avanza GRUPO

SOLO CLIAB

DE EL ESCORIAL A SAN RAFAEL

Fecha:	Domingo 10 de marzo de 2019
Transporte:	Autobús
Salida:	08:00 h. Canillejas (Calle Alcalá 634) 08:15 h. Plaza de Castilla 08:40 h. Carrefour Las Rozas.
Precio:	Federados con Licencia A o superior: 12 € Otros: 15 € (incluye seguro). Pago previo mediante tarjeta bancaria obligatorio.
Datos Técnicos:	-Opción larga: San Lorenzo de El Escorial – Monte Abantos – La Naranjera – La Salamanca – Cabeza Lijar – Collado de La Gasca - San Rafael. Distancia 21,4 Kms. Desnivel acumulado ascenso 1.213 mts. M.I.D.E. 3-2-2-3. 7:30 horas aprox. de marcha con paradas (dificultad media). -Opción corta: San Lorenzo de El Escorial – Monte Abantos – La Naranjera – Collado de El Hornillo – San Rafael. Distancia 18,4 Kms. Desnivel acumulado ascenso 1.005 mts. M.I.D.E. 3-2-2-3 //6:30 horas aprox. de marcha con paradas (dificultad media) leer info
Material:	Botas de montaña, bastones, cortavientos, polar, guantes, gorro, gafas de sol protección solar, comida y agua. Posibilidad de uso de material invernal. Consultar meteo en días próximos a la actividad.
Inscripciones:	En la Web. www.montanapegaso.com Ver condiciones de inscripción y anulación en Web
Coordinadora	Yolanda Sancho 630057726 planetatierra52@gmail.com



¡¡ Empanada, dulces, bebidas y obsequio para todos los participantes al finalizar la ruta !!



FEDME
FEDERACIÓN ESPAÑOLA
DE DEPORTES DE MONTAÑA Y ESCALADA

