



# A.D. GRUPO MONTAÑA PEGASO

## Las Hurdes, Valles del Esperabán y Ovejuela

### 17 y 18 de abril de 2021

Vamos a realizar esta actividad de montaña teniendo en cuenta la situación en la que nos encontramos. Respetemos las pautas de seguridad y leed el DECÁLOGO COVID PEGASO descrito más abajo. Nos organizaremos durante el trayecto en grupos de seis personas como máximo.

#### ----- AVISO IMPORTANTE. -----

Esta actividad se intentó realizar en enero, febrero y marzo y por motivos de cierres perimetrales ha tenido que ser aplazada en tres ocasiones. Se ve a intentar mantener el orden de inscripción dentro de lo posible, manteniéndose el orden de los que figuran en la lista de espera y han confirmado que pueden ir.

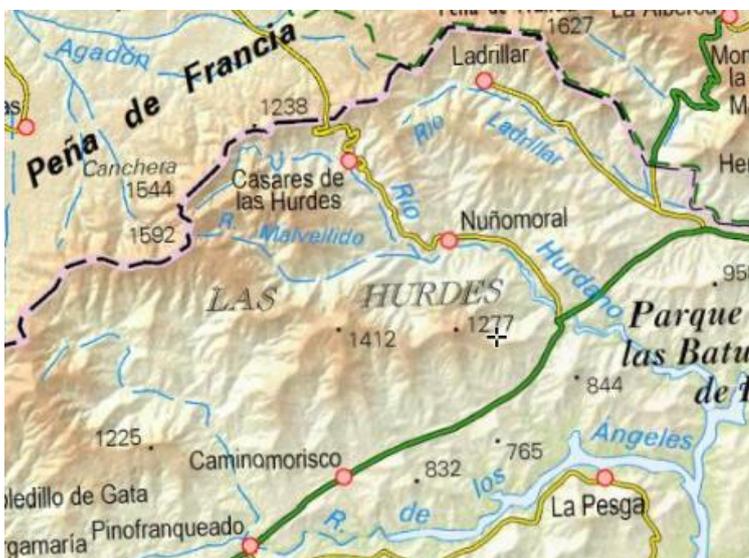
Debido a la evolución de la situación, el nivel de contagios de COVID y las restricciones impuestas por las comunidades Autónomas, tanto de Madrid como de Extremadura, mantenemos los apuntados en lista de espera hasta **el día 12 de abril a las 22h**. Momento en que se decidirá si mantener la fecha de la actividad, (abriendo las plazas posibles), aplazarla o cancelarla. No se ha querido abrir la inscripción definitiva para no estar obligado a realizar el pago en 2h, con la incertidumbre de si se podrá realizar o no la actividad

## INFORMACIÓN GENERAL DE LA ACTIVIDAD

### Las Hurdes

Situada en el extremo norte de la provincia de Cáceres, las Hurdes, o “Las Jurdes” constituye una comarca con una singularidad especial. El intrincado relieve, con profundos valles encajados de difícil acceso ha propiciado cierto aislamiento, unas tradiciones, y arquitectura peculiar y la propagación de viejas leyendas sobre sus costumbres y su modo de vida desmitificadas luego por escritores como Unamuno y A. Ferrer / A. Lopez Salinas es sus respectivos libros “Andanzas y visiones españolas” y “Caminando por las Hurdes”.

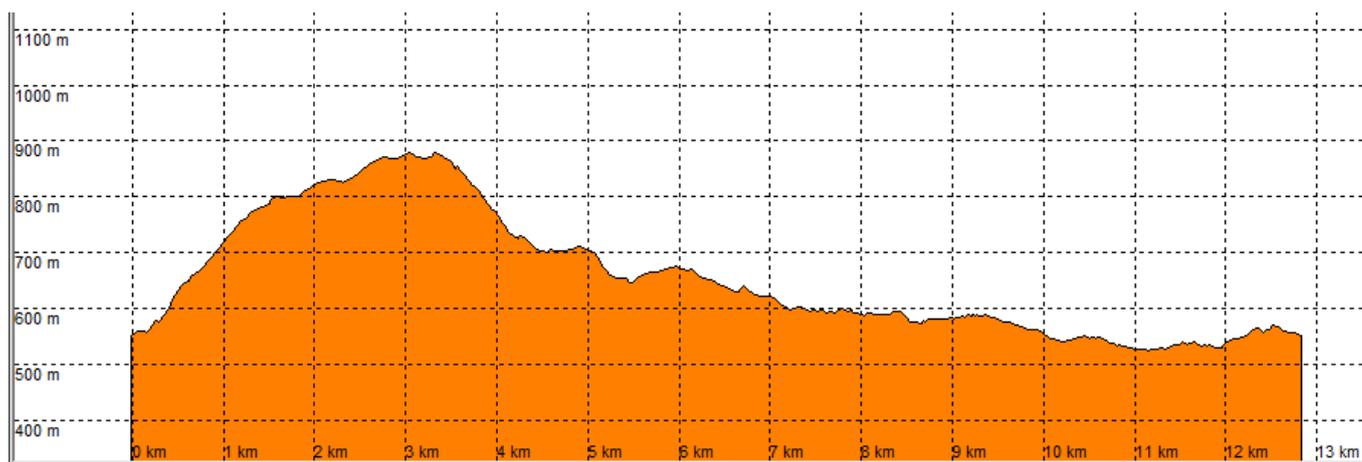
*«Los jurdanos tienen que sentirse orgullosos, un escritor dijo que si en todas partes los hombres eran hijos de la tierra, en las Hurdes la tierra era hija de los hombres, los jurdanos la habían hecho puñado a puñado»*



La comarca de las Hurdes se estructura en tres valles principales orientados de Noroeste a Sudeste y que vierten al Río Alagón: Río Ladrillar, Río Hurdano y Río de los Ángeles. Que a su vez tienen otros cursos menores tributarios.

En esta actividad visitaremos las cabeceras de los dos más occidentales, El Río Esperabán y el Río de Ovejuela. Recorriendo pequeñas aldeas, (Alquerías) en el fondo de los valles y/o ascendiendo a las cumbres que los jalonan.

**Sabado Op. A: Ruta de las Alquerías: Horcajo - Aldehuela - Erías - Castillo – Horcajo.**



PUNTOS DE PASO REFERENCIAS	Cota	Distancias a origen	Desnivel Acumulado	Desnivel Parcial	Tiempo al inicio
Horcajo	545 m.	0 Kms	0 m. / 0 m.	0 m. / 0 m.	0h 0 m.
Collada de las Mulas	825 m.	2,4 Kms	280 m. / 0 m.	280 m. / 0 m.	1h 2 m.
Aldehuela	725 m.	4,4 Kms	340 m. / 160 m.	60 m. / 160 m.	1h 43 m.
Río Esperabán	645 m.	5,5 Kms	340 m. / 240 m.	0 m. / 80 m.	2h 1 m.
Erías	635 m.	6,7 Kms	390 m. / 300 m.	50 m. / 60 m.	2h 25 m.
Castillo	555 m.	10 Kms	430 m. / 420 m.	40 m. / 120 m.	3h 15 m.
Horcajo	545 m.	12,85 Kms	470 m. / 470 m.	40 m. / 50 m.	4h 10 m.

<b>MIDE</b>		Hurdes 2021 Sabado A	
horario	4h 10'	 2	severidad del medio natural
desnivel de subida	470 m	  2	orientacion en el itinerario
desnivel de bajada	470 m	  2	dificultad en el desplazamiento
distancia horizontal	12,9 Km	  3	cantidad de esfuerzo necesario
tipo de recorrido	Circular		
Condiciones de invierno, tiempos estimados según criterio MIDE, sin paradas.			
Calculado sobre datos de 2021.			

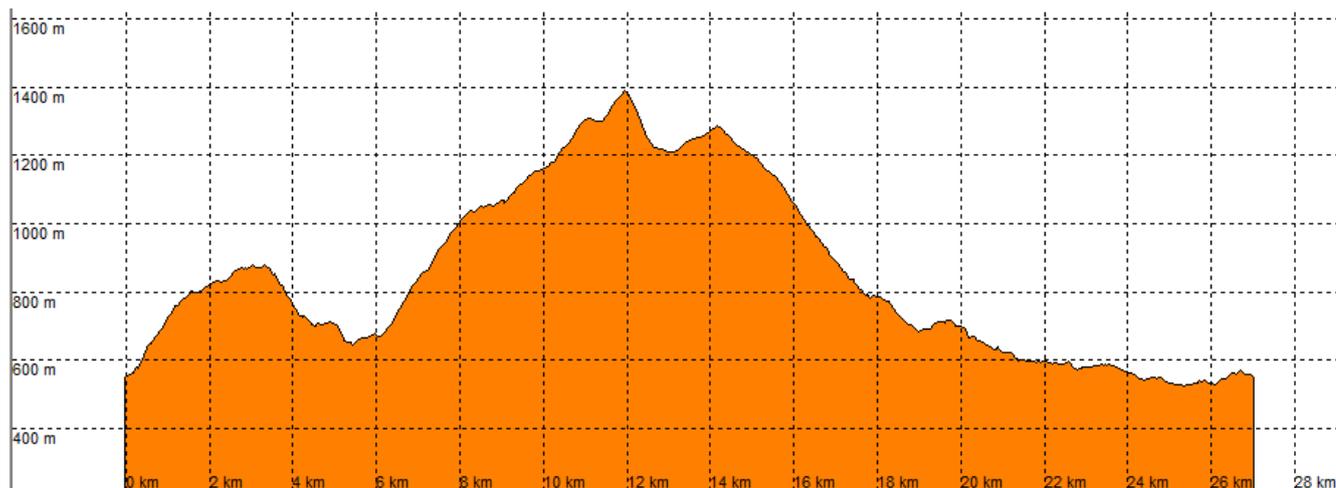
## Sabado Op. B: Ruta Cabecera Valle Esperabán: Erías - Bolla Chica - Collada Nija - Erías.



PUNTOS DE PASO REFERENCIAS	Cota	Distancias a origen	Desnivel Acumulado	Desnivel Parcial	Tiempo al inicio
Erías	620 m.	0 Kms	0 m. / 0 m.	0 m. / m.	0h 0 m.
Cortafuegos	925 m.	2,2 Kms	305 m. / 0 m.	305 m. / 0 m.	1h 3 m.
Camino	1120 m.	4,3 Kms	500 m. / 0 m.	195 m. / 0 m.	1h 51 m.
2º Cortafuegos	1300 m.	5,7 Kms	680 m. / 0 m.	180 m. / 0 m.	2h 30 m.
Pico Bolla Chica	1391 m.	6,8 Kms	790 m. / 20 m.	110 m. / 20 m.	2h 57 m.
Collada Nija	1215 m.	9,5 Kms	890 m. / 295 m.	100 m. / 275 m.	3h 58 m.
Erías	620 m.	15,8 Kms	950 m. / 950 m.	60 m. / 655 m.	6h 0 m.

<b>MIDE</b>		Hurdes 2021 Sabado B	
horario	5h 50'	 	3 severidad del medio natural
desnivel de subida	950 m	 	2 orientacion en el itinerario
desnivel de bajada	950 m	 	2 dificultad en el desplazamiento
distancia horizontal	15,8 Km	 	3 cantidad de esfuerzo necesario
tipo de recorrido	Circular		
Condiciones de invierno, tiempos estimados según criterio MIDE, sin paradas.			
Calculado sobre datos de 2021.			

## Sabado Op. C: Ruta Alquerías y Valle Esperabán: Horcajo - Aldehuela - Bolla Chica - Collada Nija - Erías.



PUNTOS DE PASO REFERENCIAS	Cota	Distancias a origen	Desnivel Acumulado	Desnivel Parcial	Tiempo al inicio
Horcajo	545 m.	0 Kms	0 m. / 0 m.	0 m. / 0 m.	0h 0 m.
Collada de las Mulas	825 m.	2,4 Kms	280 m. / 0 m.	280 m. / 0 m.	1h 2 m.
Aldehuela	725 m.	4,4 Kms	340 m. / 160 m.	60 m. / 160 m.	1h 43 m.
Río Esperabán	645 m.	5,5 Kms	340 m. / 240 m.	0 m. / 80 m.	2h 1 m.
Cortafuegos	925 m.	7,6 Kms	620 m. / 240 m.	280 m. / 0 m.	3h 0 m.
Camino	1120 m.	9,7 Kms	815 m. / 240 m.	195 m. / 0 m.	3h 48 m.
Cortafuegos2	1300 m.	11,1 Kms	995 m. / 240 m.	180 m. / 0 m.	4h 27 m.
Pico Bolla Chica	1391 m.	12,2 Kms	1105 m. / 260 m.	110 m. / 20 m.	4h 54 m.
Collada Nija	1215 m.	14,9 Kms	1205 m. / 535 m.	100 m. / 275 m.	5h 55 m.
Erías	635 m.	21 Kms	1265 m. / 1175 m.	60 m. / 640 m.	7h 54 m.
Castillo	555 m.	24,3 Kms	1305 m. / 1295 m.	40 m. / 120 m.	8h 40 m.
Horcajo	545 m.	27,10 Kms	1345 m. / 1345 m.	40 m. / 50 m.	9h 15 m.

### MIDE

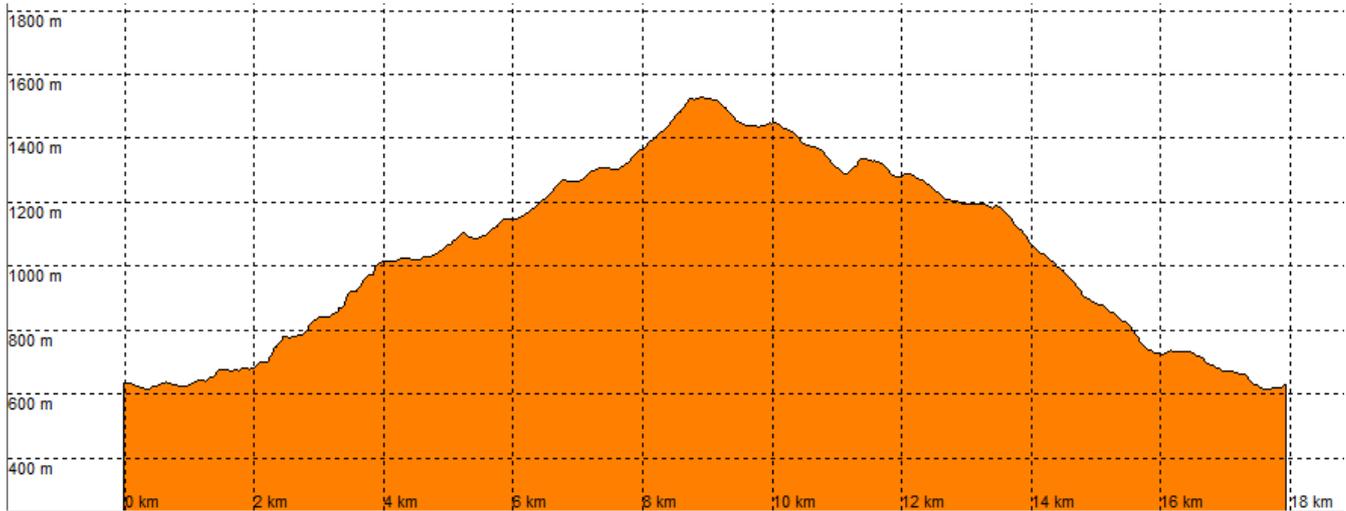
#### Hurdes 2021 Sabado C

horario	9h 25'			3	severidad del medio natural
desnivel de subida	1345 m			2	orientacion en el itinerario
desnivel de bajada	1345 m			2	dificultad en el desplazamiento
distancia horizontal	27,2 Km			4	cantidad de esfuerzo necesario
tipo de recorrido	Circular				

Condiciones de invierno, tiempos estimados según criterio MIDE, sin paradas.

Calculado sobre datos de 2021.

## Domingo Op. A: Ruta Chorrituero y Pico Bolla: Ovejuela - Chorrituero – Pico Bolla - Ovejuela.



PUNTOS DE PASO REFERENCIAS	Cota	Distancias a origen	Desnivel Acumulado	Desnivel Parcial	Tiempo al inicio
Ovejuela	615 m.	0 Kms	0 m. / 0 m.	0 m. / m.	0h 0 m.
Chorrituero	665 m.	2,4 Kms	75 m. / 25 m.	75 m. / 25 m.	0h 40 m.
cordal	980 m.	3,8 Kms	390 m. / 25 m.	315 m. / 0 m.	1h 30 m.
Pico Bolla	1517 m.	9 Kms	927 m. / 25 m.	537 m. / 0 m.	3h 40 m.
Collada Zambrana	1286 m.	11,4 Kms	944 m. / 273 m.	17 m. / 248 m.	4h 25 m.
Fin Cortafuegos	1000 m.	14,5 Kms	1004 m. / 619 m.	60 m. / 346 m.	5h 30 m.
Ovejuela	615 m.	18 Kms	1019 m. / 1019 m.	15 m. / 400 m.	6h 30 m.

<b>MIDE</b>		Hurdes 2021 Domingo A	
horario	6h 25' 	 3	severidad del medio natural
desnivel de subida	1019 m 	 2	orientacion en el itinerario
desnivel de bajada	1019 m 	 2	dificultad en el desplazamiento
distancia horizontal	18,0 Km 	 4	cantidad de esfuerzo necesario
tipo de recorrido	Circular 		
Condiciones de invierno, tiempos estimados según criterio MIDE, sin paradas. Calculado sobre datos de 2021.			

**INFORMACIÓN TÉCNICA Y DE SEGURIDAD.****Sábado Op. A: Ruta de las Alquerías: Horcajo - Aldehuela - Erías - Castillo – Horcajo.**

Horarios ruta		<b>4h 10'</b> (Estimado de marcha efectiva sin paradas) Orto: 7:46. Ocaso: 21:05 (día 17 de abril, en Pinofranqueado)			
Distancia y desniveles		 <b>12'9 km</b>	 <b>+ 470 m</b>	 <b>- 470 m</b>	
Tipo recorrido		 <b>Circular</b>			
Dificultad		<b>Física</b>	<b>MEDIA</b>	<b>Técnica</b>	<b>BAJA</b>
<b>M</b>	<b>2</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Paso por lugares alejados a más de 1 hora de marcha (horario MIDE) de un lugar habitado, un teléfono de socorro o una carretera abierta</li> </ul>			
<b>I</b>	<b>2</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Aunque el itinerario se desarrolla por trazas de sendero, en algunos tramos la elección del itinerario adecuado depende del reconocimiento de los accidentes geográficos.</li> </ul>			
<b>D</b>	<b>2</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Caminos con diversos firmes pero que mantienen la regularidad del piso, no presentan gradas muy altas, y permiten elegir la longitud del paso. Terreno apto para caballerías. Campo a través por terrenos uniformes como landas, taiga y prados no muy inclinados.</li> </ul>			
<b>E</b>	<b>3</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>4 horas de marcha efectiva</li> </ul>			
Perfil		Buena forma física y experiencia de haber realizado recorridos similares al descrito			
Material obligatorio		Botas de montaña, ropa de abrigo y de agua, gafas de sol, material de orientación (GPS y/o mapa y brújula), agua (mínimo 1,5 l), frontal, manta térmica..			
Teléfonos emergencias		Emergencias: <b>112</b>	Emisora Club: 144,775 Hz	Guardia civil. Caminomorisco 927435014	
Cartografía		Digital: IGN.			

**Sábado Op. B Ruta Cabecera Valle Esperabán: Erías - Bolla Chica - Collada Nija - Erías.**

Horarios ruta	<b>6:00h</b> (Estimado de marcha efectiva sin paradas) Orto: 7:46. Ocaso: 21:05 (día 17 de abril, en Pinofranqueado)		
Distancia y desniveles	 <b>15'8 km</b>	 <b>+ 950 m</b>	 <b>- 950 m</b>
Tipo recorrido	 <b>Circular</b>		
Dificultad	<b>Física</b>	<b>MEDIA</b>	<b>Técnica</b> <b>MEDIA</b>
<b>M</b>	<b>3</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>En algún tramo del recorrido, la existencia de fenómenos atmosféricos que no se juzguen infrecuentes, aumentaría considerablemente la dificultad del itinerario (niebla, viento, calor extremo, etc...)</li> </ul>	
<b>I</b>	<b>2</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Aunque el itinerario se desarrolla por trazas de sendero, en algunos tramos la elección del itinerario adecuado depende del reconocimiento de los accidentes geográficos.</li> </ul>	
<b>D</b>	<b>2</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Caminos con diversos firmes pero que mantienen la regularidad del piso, no presentan gradas muy altas, y permiten elegir la longitud del paso. Terreno apto para caballerías. Campo a través por terrenos uniformes como landas, taiga y prados no muy inclinados.</li> </ul>	
<b>E</b>	<b>3</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>6 horas de marcha efectiva</li> </ul>	
Perfil	Buena forma física y experiencia de haber realizado recorridos similares al descrito		
Material obligatorio	Botas de montaña, ropa de abrigo y de agua, gafas de sol, material de orientación (GPS y/o mapa y brújula), agua (mínimo 1,5 l), frontal, manta térmica..		
Teléfonos emergencias	Emergencias: <b>112</b>	Emisora 144,775 Hz	Club: Guardia civil. Caminomorisco 927435014
Cartografía	Digital: IGN		

**Sábado Op. C Ruta Alquerías y Cabecera Valle Esperabán**

Horarios ruta	<b>9:20h</b> (Estimado de marcha efectiva sin paradas) Orto: 7:46. Ocaso: 21:05 (día 17 de abril, en Pinofranqueado)		
Distancia y desniveles	 <b>27'2 km</b>	 <b>+ 1345 m</b>	 <b>- 1345 m</b>
Tipo recorrido	 <b>Circular</b>		
Dificultad	<b>Física</b>	<b>ALTA</b>	<b>Técnica</b> <b>MEDIA</b>
<b>M</b>	<b>3</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>En algún tramo del recorrido, la existencia de fenómenos atmosféricos que no se juzguen infrecuentes, aumentaría considerablemente la dificultad del itinerario (niebla, viento, calor extremo, etc...)</li> </ul>	
<b>I</b>	<b>2</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Aunque el itinerario se desarrolla por trazas de sendero, en algunos tramos la elección del itinerario adecuado depende del reconocimiento de los accidentes geográficos.</li> </ul>	
<b>D</b>	<b>2</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Caminos con diversos firmes pero que mantienen la regularidad del piso, no presentan gradas muy altas, y permiten elegir la longitud del paso. Terreno apto para caballerías. Campo a través por terrenos uniformes como landas, taiga y prados no muy inclinados.</li> </ul>	
<b>E</b>	<b>4</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>9 horas de marcha efectiva</li> </ul>	
Perfil	Buena forma física y experiencia de haber realizado recorridos similares al descrito		
Material obligatorio	Botas de montaña, ropa de abrigo y de agua, gafas de sol, material de orientación (GPS y/o mapa y brújula), agua (mínimo 1,5 l), frontal, manta térmica..		
Teléfonos emergencias	Emergencias: <b>112</b>	Emisora Club: 144,775 Hz	Guardia civil. Caminomorisco 927435014
Cartografía	Digital: IGN		

**Domingo Op. A Ruta Ovejuela, Chorrituero y Pico Bolla**

Horarios ruta	<b>6:20h</b> (Estimado de marcha efectiva sin paradas) Orto: 7:45. Ocaso: 21:06 (día 18 de abril, en Pinofranqueado)		
Distancia y desniveles	 <b>18'0 km</b>	 <b>+ 1019 m</b>	 <b>- 1019 m</b>
Tipo recorrido	 <b>Circular</b>		
Dificultad	<b>Física</b>	<b>ALTA</b>	<b>Técnica</b> <b>MEDIA</b>
<b>M</b>	<b>3</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>En algún tramo del recorrido, la existencia de fenómenos atmosféricos que no se juzguen infrecuentes, aumentaría considerablemente la dificultad del itinerario (niebla, viento, calor extremo, etc...)</li> </ul>	
<b>I</b>	<b>2</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Aunque el itinerario se desarrolla por trazas de sendero, en algunos tramos la elección del itinerario adecuado depende del reconocimiento de los accidentes geográficos.</li> </ul>	
<b>D</b>	<b>2</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Caminos con diversos firmes pero que mantienen la regularidad del piso, no presentan gradas muy altas, y permiten elegir la longitud del paso. Terreno apto para caballerías. Campo a través por terrenos uniformes como landas, taiga y prados no muy inclinados.</li> </ul>	
<b>E</b>	<b>4</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>6,3 horas de marcha efectiva</li> </ul>	
Perfil	Buena forma física y experiencia de haber realizado recorridos similares al descrito		
Material obligatorio	Botas de montaña, ropa de abrigo y de agua, gafas de sol, material de orientación (GPS y/o mapa y brújula), agua (mínimo 1,5 l), frontal, manta térmica..		
Teléfonos emergencias	Emergencias: <b>112</b>	Emisora Club: 144,775 Hz	Guardia civil. Caminomorisco 927435014
Cartografía	Digital: IGN		

## DESCRIPCIÓN DE LAS RUTAS.

### Sábado Opción A (corta).

La ruta comienza en la alquería de EL Horcajo, situada a 10kms de Pinofranqueado. A unos 200 metros antes de llegar a la aldea hay un aparcamiento. Tras atravesar la alquería, hay una subida durante unos 7 km. aproximadamente, pero por camino cómodo se hace bien, y se alcanza la collada de las Mulas que ya da vistas al valle donde se asientan las siguientes alquerías.

Pronto veremos la Aldehuela, a la que se llega para atravesarla y alcanzar el río Esperabán ya muy cerca de Erías. Continuaremos ahora ya por el valle del Esperabán, para llegar a la cuarta y última alquería: Castillo. Tras cruzar de nuevo el Río Esperabán y poco después la carretera tomamos un camino en suave subida que nos llevará al punto de partida cerrando la ruta circular.

### Sábado Opción B (media).

Salimos desde la alquería de Erías, a unos kilómetros de Pinofranqueado, se puede aparcar cerca de los contenedores junto a las primeras casas. Tras subir por las callejas del pueblo tomamos un camino que sin interrupción sube por una inclinada loma hasta alcanzar una pista y un cortafuegos. Ya por pista seguimos ascendiendo de forma algo más tendida alcanzando el collado entre los picos Bolla Chica y Bolla Grande, tomaremos la cuerda a la derecha para llegar a esta segunda cumbre, y continuando por el cordal hasta el Collado de la Nija. En este punto se toma un sendero a la derecha que desciende hacia el Valle del Esperabán. Cruzaremos el río en su cabecera, y ya, dejando siempre el cauce a la izquierda llegaremos de nuevo a Erías cerrando la ruta.

### Sábado Opción C (larga).

La opción larga es una combinación de las dos rutas anteriores, Comenzamos en Horcajo haciendo la ruta de las Alquerías, pero al llegar al río Esperabán muy cerca de Erías se continúa haciendo la opción B, y al terminarla en Erías se prosigue con el resto de la ruta A. Es una ruta larga, solo viable en condiciones de buen tiempo y muy buena forma física.

### Domingo.

La ruta parte de Ovejuela, una alquería situada a 13kms de Pinofranqueado. Caminamos junto al Río Vejuela por ruta muy marcada hasta llegar a la cascada del Chorrituero. En este punto tomamos un sendero que en zigzagante subida nos lleva hasta la Sierra de la Bolla. Ya Enel cordal cimero y tomándolo a la derecha (sentido horario) recorreremos toda la cresta que flanquea el valle de Ovejuela subiendo hacia el norte hasta el Pico Bolla, y bajando luego hacia el sudeste hasta el Colado de la Zambrana, donde se toma un cortafuegos que tras subir unos 50 metros de desnivel, luego (tomando siempre los cruces a la derecha) baja hasta Ovejuela. El track, para evitar hacer toda la bajada por cortafuegos, toma un ramal a la izquierda en la cota 1170 par abajar a un collado donde ya por sendero se hacen los últimos 3kms.

## **NORMAS GENERALES DE SEGURIDAD. ADVERTENCIAS.**

- **El participante en la actividad, al realizar la inscripción, declara poseer la capacidad físico-técnico-deportiva adecuada para la realización de la misma.**
- Según la longitud, condiciones naturales de algunas de las rutas o la meteorología imperante, la realización, o cambios, de los itinerarios programados estará sujeta a la decisión de los organizadores (coordinador y/o responsables de seguridad) que informarán a los participantes, antes o durante la actividad, si esta se podrá realizar o no bajo el amparo del Club.
- No se debe iniciar la marcha hasta que el coordinador lo indique.
- **Ningún participante debe realizar recorridos no previstos**, si así lo decidiera debe comunicar, a los responsables de la actividad, su decisión de apartarse del programa y asumirá todas las consecuencias de su decisión.
- Todos los grupos deben contar, al menos, con mapa, brújula, altímetro (o GPS) y emisora.
- El no llevar el equipo necesario (ropa, gafas, comida, bebida, protección solar,) puede convertir una salida clasificada como fácil en muy difícil, dependiendo de las condiciones meteorológicas u otras que puedan presentarse.
- Cada participante deberá consultar la previsión meteorológica el día anterior a la salida.
- Cada participante debe conocer los datos y características de la ruta a realizar y, en función de ellos, su propia capacidad para realizarla.
- Los participantes deben contar con la destreza y formación suficientes para el tipo de recorrido propuesto.
- Si durante la marcha algún participante sufre un percance o se encuentra mal, debe comunicárselo a los organizadores (Coordinador) o, de no ser posible, a cualquier integrante de la marcha, ya que es la única forma de poder ayudarle antes de que se pueda producir un accidente.
- Todo participante en la marcha, por el hecho de formar parte de un grupo adquiere la obligación de comunicar a los organizadores cualquier incidente que observe y que, a su entender, pueda suponer un peligro para cualquier persona. También debe colaborar, en la medida de sus posibilidades, en el auxilio de cualquier integrante del grupo.
- Todo participante deberá ir provisto del material designado como obligatorio para el desarrollo de la actividad, en adecuado estado para su uso y poseyendo los conocimientos necesarios para su correcta utilización.
- **El notorio incumplimiento de estas premisas por parte de alguna participante reserva a los organizadores el derecho a rehusar de su participación en ella.**

## DECALOGO COVID PEGASO

**Cada socio es responsable de cumplir las siguientes normas:**

- 1. OBLIGATORIAMENTE.** Los socios llevaremos **MASCARILLAS Y GEL DESINFECTANTE** en cantidad suficiente para el viaje o actividad deportiva.
- 2. DURANTE EL VIAJE.** E **obligatorio el uso de mascarilla** mientras dure el viaje en el autobús y/o en el coche.
- 3. REFUGIOS Y ESPACIOS CERRADOS.** Antes de viajar, **leer las condiciones COVID de los refugios y resto de alojamientos**, así como llevar mascarillas, saco, almohada propia, chanclas propias, etc.
- 4. ESPACIOS AL AIRE LIBRE.** Si la **DISTANCIA DE SEGURIDAD** es menor de 2 metros, nos pondremos la mascarilla.
- 5. TRANSPORTE.** Debemos **cumplir las normas COVID de las compañías de autobuses**. El/la conductor/a o el/la coordinador/a se encargarán de explicarlas al inicio del viaje.
- 6. ALOJAMIENTO.** Leer antes de entrar **las NORMAS DE PREVENCIÓN del refugio u hotel**; que tendremos que cumplir rigurosamente.
- 7. AGLOMERACIONES.** En el alojamiento **evitaremos aglomeraciones, sobre todo, en el momento de la entrega de llaves**, siendo los coordinadores quienes se encargarán de distribuirlos.
- 8. ESTERILIZACIÓN Y MEDIDAS HIGIÉNICAS.** Recomendamos el **LAVADO DE MANOS frecuente** con jabón o líquido desinfectante hidroalcohólico. Siempre que sea posible, **mantener la ropa y calzado utilizados en bolsas estanco o custodiadas en un lugar separado de la habitación** en su defecto.
- 9. DURANTE LA ACTIVIDAD.** Mantendremos siempre la **distancia de seguridad de al menos 2 metros** y, si en algún momento no podemos hacerlo nos pondremos la mascarilla.
- 10. INTERCAMBIO.** **No intercambiaremos objetos ni material de uso personal con otros participantes**, tales como agua, cantimploras, bastones, teléfonos móviles, vasos y demás artículos de uso propio.

**¡¡MUY IMPORTANTE!!**

**Las personas que presente síntomas compatibles con la infección por coronavirus, deben renunciar a asistir al viaje.**

**Si la aparición de síntomas se produce durante el transcurso el viaje: el/la afectado/a deberá comunicárselo inmediatamente al/la coordinadora/a. Se separará del grupo y acudirá a los servicios sanitarios urgentemente.**

## LOGÍSTICA. Transporte. Precio

### ALOJAMIENTO

Hotel El Puente, Pinofranqueado <https://www.hotelelpuentelashurdes.es/>

Jueves: alojamiento y desayuno.

Viernes y Sábado: Media Pensión.

### TRANSPORTE. HORARIOS

En coches. Se coordinará a los participantes para compartir coches

Viernes:

De Madrid al Hotel El Puente en Pinofranqueado: 300Kms 3h, 10'

Sábado:

De Pinofranqueado a El Horcajo. (rutas A y C): 10,5kms 15'

De Pinofranqueado a Erías (Rutas B): 13,6kms 19'

Domingo:

De Pinofranqueado a Ovejuela: 13,4kms 17'

## PRECIO

71€. Federados con Licencia A (ruta A) o superior (resto de rutas) (suplemento hab individual +20€)

77€. No federados: Incluye seguro: 3€/día

## INSCRIPCIONES

El máximo de plazas son 20. ( Se harán grupos de 5 personas para la realización de la actividad )

Directamente en la web. A partir del 12-4-2020. (el pago se abrirá el 10/3/2021)

**Pago:** Precio total correspondiente (federado o no federado), a través de la web del club

**De no hacer efectiva esta cantidad en el plazo de 2 horas desde el apunte, se considerará anulada la preinscripción.**

Cualquier circunstancia excepcional deberá ser autorizada por el responsable de actividades del Club.

## ANULACIONES

Las condiciones quedarán sujetas al Apartado 7 del "PROTOCOLO DE PARTICIPACIÓN DE ACTIVIDADES".

[http://www.montanapegaso.com/carteles/2016/protocolo\\_participacion\\_2016.pdf](http://www.montanapegaso.com/carteles/2016/protocolo_participacion_2016.pdf)

## COORDINADOR

Luis Cano. [vivacazorla@gmail.com](mailto:vivacazorla@gmail.com)

**639041165** (llamadas, de 18:00 a 22:00 ) **676555343** (whatsapp)