



# La Hora del Planeta 2019



## Actividad fija y única

La **Hora del Planeta** es una campaña de WWF (World Wildlife Fund for Nature) que comenzó en 2007 en Sídney, Australia, como un gesto simbólico de la lucha contra el cambio climático. Diez años después, se ha convertido en la mayor movilización ambiental de la historia. El pasado año WWF consiguió la adhesión de casi **10.000 ciudades (300 en España) de 178 países**.

*No hay un segundo planeta de repuesto!*



La R.S.E.A. Peñalara se suma a los eventos que se celebrarán a nivel mundial con este motivo. Para ello os proponemos realizar una ascensión nocturna a la cumbre de Maliciosa, donde tomaremos una foto nocturna de nuestra ascensión.

### ¿Cómo?

La R.S.E.A. Peñalara se sumará a la Hora del Planeta 2019 ascendiendo de noche a Maliciosa, una de las cumbres más representativa de nuestras montañas. Subiremos y nos haremos una foto nocturna que luego publicaremos como muestra de apoyo a este evento.

### ¿Cuándo?

Subiremos la tarde-noche del **sábado 23 de marzo**.



**Inscripción** en secretaría, dejando número de móvil como medio de contacto. **Quedamos** en el parking del puerto de Navacerrada a las **19:30h** del **sábado 23 de marzo**. **Imprescindible piolet, crampones ropa de abrigo y linterna frontal (con pilas)**.

### ITINERARIO:

Puerto de Navacerrada, alto de Guarramillas, collado del Piornal, Maliciosa y regreso por el mismo camino.

### DESNIVEL Y DIFICULTADES:

12 km y 650 m des desnivel acumulado.

**Plazas:** 20.

**Fecha límite de inscripción:** 22 de marzo.











**Transporte:** coches particulares.

**Precio:** actividad gratuita.





**Organiza:** Emilio Lapeña – 690 90 20 26 – anakusak@telefonica.net

**MATERIAL OBLIGATORIO:** calzado invernal, ropa invernal (no olvidar guantes y gorro), piolet, crampones, linterna frontal con pila de repuesto.

**MATERIAL RECOMENDADO:** bastones, botiquín, manta térmica.

<b>MIDE</b>		Nocturna puerto de Navacerrada a Maliciosa	
horario	4h 20'	 	3 severidad del medio natural
desnivel de subida	650 m	 	3 orientacion en el itinerario
desnivel de bajada	650 m	 	3 dificultad en el desplazamiento
distancia horizontal	12,0 Km	 	3 cantidad de esfuerzo necesario
tipo de recorrido	Ida y Vuelta	 	20 pendiente de nieve
Condiciones de invierno, tiempos estimados según criterio MIDE, sin paradas.			
Calculado sobre datos de 2019.			

### Explicación de la valoración MIDE

	<b>Medio. Severidad del medio natural</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 El medio no está exento de riesgos</li> <li>2 Hay más de un factor de riesgo</li> <li>3 Hay varios factores de riesgo</li> <li>4 Hay bastantes factores de riesgo</li> <li>5 Hay muchos factores de riesgo</li> </ol>	
	<b>Itinerario. Orientación en el itinerario</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 Caminos y cruces bien definidos</li> <li>2 Sendas o señalización que indica la continuidad</li> <li>3 Exige la identificación precisa de accidentes geográficos y de puntos cardinales</li> <li>4 Exige navegación fuera de traza</li> <li>5 La navegación es interrumpida por obstáculos que hay que bordear</li> </ol>	
	<b>Desplazamiento. Dificultad en el desplazamiento</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 Marcha por superficie lisa</li> <li>2 Marcha por caminos de herradura</li> <li>3 Marcha por sendas escalonadas o terrenos irregulares</li> <li>4 Es preciso el uso de las manos o saltos para mantener el equilibrio</li> <li>5 Requiere el uso de las manos para la progresión</li> </ol>	
	<b>Esfuerzo. Cantidad de esfuerzo necesario</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 Hasta 1 h de marcha efectiva</li> <li>2 Más de 1 h y hasta 3 h de marcha efectiva</li> <li>3 Más de 3 h y hasta 6 h de marcha efectiva</li> <li>4 Más de 6 h y hasta 10 h de marcha efectiva</li> <li>5 Más de 10 h de marcha efectiva</li> </ol>	Calculado según criterios M.I.D.E. para un excursionista medio poco cargado

### TIPO DE ACTIVIDAD: Fija y única

Todos los participantes formarán un grupo único coordinado por el Organizador de la actividad, y se comprometen a seguir sus instrucciones. Ante el incumplimiento de algún participante, el Organizador podrá excluirle del grupo y del apoyo de éste, y posteriormente dar conocimiento del hecho a la Sociedad. Ningún participante iniciará la actividad hasta que el Organizador lo indique. Todos ellos seguirán sus instrucciones y no realizarán recorridos no previstos sin el permiso de éste. Cualquier participante que observe alguna situación anómala o de riesgo, deberá comunicarla al Organizador. Igualmente pondrá en su conocimiento el mal estado de salud o problema físico de algún miembro del grupo.

**SEGURO DE ACCIDENTES:** Es obligatorio que todos los participantes tengan un seguro que cubra los riesgos de esta actividad. En caso de que alguno no dispusiera de él, deberá contratar en la Secretaría el seguro diario de accidentes que ofrece la Sociedad, abonando la cantidad fijada.

**DECLARACIÓN RESPONSABLE:** Todos los participantes deberán haber cumplimentado y firmado la DECLARACIÓN RESPONSABLE DE EXENCIÓN DE RESPONSABILIDADES. Si no la hubieran cumplimentado al hacer la inscripción, para poder tomar parte en la actividad, **antes de la salida**, entregarán al Organizador una copia de su declaración anual o cumplimentarán una específica para esta actividad. Los menores deberán ir acompañados de padres o tutores que se responsabilicen de ellos durante toda la actividad.