



Sección Infantil

CUENCA

27,28,29 de septiembre de 2019
Actividad fija y única



Información básica

Plazas: 49 plazas. Abierta a socios infantiles e infantiles no socios que no hayan participado en más de tres salidas. Inscripción obligatoria en Secretaría (Tfno: 91 522 87 43) **hasta el 19 de septiembre**

Opciones:

- Opción 1: piraguas y espeleología
- Opción 2: solo piraguas

Precio: Opción 1 80 €, Opción 2 59 €

Precio no socios: Opción 1 85 €, Opción 2 64 €

Servicios:

- Alojamiento las noches del viernes y el sábado.
- Desayuno, comida y cena en caliente el sábado más desayuno del domingo.
- Opción 1: Actividad de piraguas y actividad de espeleología con seguro y el material necesario para ambas actividades.
- Opción 2: Actividad de piraguas con seguro y el material necesario.

Salida: 27, 28 y 29 de septiembre de 2019

Lugar de comienzo: Uña

Punto de encuentro: Albergue La Cañadilla

[Ubicación google maps.](#)

Hora: A lo largo del viernes incorporación al albergue a cualquier hora.

Predicción meteorológica: se facilitará a los participantes en fechas próximas a la excursión

Alojamiento: El alojamiento, desayunos, comida y cena se realizarán en el albergue "La Cañadilla"

[Página del albergue](#)

Actividad

Viernes 27

Incorporación al albergue a los largo del viernes 27. La cena de ese viernes no está incluida. Ese día no se realizará ninguna actividad.

Sábado 28

MAÑANA

Las actividades del fin de semana comenzarán el sábado 28.

Ruta en piraguas

Tras desayunar, iniciaremos el día con nuestra tradicional actividad de piraguas. En esta ocasión haremos una ruta en el embalse de la Toba, situado en el Parque Natural de la Serranía de Cuenca.

Edad mínima: 5 años, menores a esa edad tendrán que ir en piragua de 3 en el centro de la misma.

Duración: 2 horas

Tras finalizar la actividad regresaremos al albergue, dónde tendremos comida en caliente.

TARDE

La tarde para aquellos que hayan escogido la opción 2 es a libre disposición. El albergue cuenta con instalaciones para que los niños puedan jugar y las inmediaciones de Uña son un entorno privilegiado para andar y disfrutar del entorno.

[Que ver en Uña](#)

Para aquellos que hayan escogido la opción 1, la tarde será el momento de la siguiente actividad.

Espeleología

De la mano de Uña Aventura nos adentraremos en la Cueva del Tío Manolo

Descripción: Cueva de gran longitud, siendo una de las más extensas de la provincia. Se encuentra enclavada en el centro del barranco denominado "Arroyo de la Madera".

Apropiada para conocer la espeleología por tratarse de una cueva de iniciación que tras un primer descenso entre bloques, se accede a la cueva propiamente dicha. Cómoda y ancha para poder disfrutar de su tapiz de gours escalonados, excéntricas, estalactitas y terminar en un gran lago interior donde todos quedan fascinados cuando lo ven.

Edad mínima: niños con capacidad de andar con soltura en cualquier tipo de terreno.

Duración: 3 horas

NOCHE










La cena será en caliente en el albergue. Tras la cena se realizará una actividad de astronomía.

Domingo 24

El domingo tras el desayuno llegará el momento de andar.

Sendero del Escalerón a la Raya.

Dificultad: Explicación de la información de la valoración MIDE en el ANEXO B

| MIDE | | Sendero del Escalerón a la Raya | | |
|----------------------|----------|---|---|---------------------------------|
| horario | 2h 55' |   | 2 | severidad del medio natural |
| desnivel de subida | 300 m |   | 1 | orientacion en el itinerario |
| desnivel de bajada | 300 m |   | 2 | dificultad en el desplazamiento |
| distancia horizontal | 9,0 Km |   | 2 | cantidad de esfuerzo necesario |
| tipo de recorrido | Circular |  | | |

Condiciones de todo el año, tiempos estimados según criterio MIDE, sin paradas.
Calculado sobre datos de 2019.

Información de la ruta



Tras la finalización de la ruta se dará por finalizada la actividad de fin de semana. La comida del domingo y la hora de regreso a Madrid son a criterio de cada participante.

Logística

Por favor, al hacer la inscripción, indicar:

- **Nombre**
- **Número de participantes**
- **Opción seleccionada**
- **Teléfono de contacto**
- **Correo electrónico**

Equipo: el vestuario y el equipo recomendado se incluyen en el ANEXO A

Datos de contacto para dudas y para el día de la excursión.

- Carlos Borrallo. Tlf 626 542 787
- E-mail: penalara.infantil@gmail.com

– IMPORTANTE –

- **A lo largo del jueves previo se enviará un e-mail, mensaje o llamada al móvil a todos los participantes en la salida, si no recibiese la confirmación, por favor, pónganse en contacto con Carlos Borrallo.**

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. 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. Ante el incumplimiento de algún participante, el Organizador deberá posteriormente dar conocimiento del hecho a la Sociedad.

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 DE EXENCIÓN DE RESPONSABILIDADES: Todos los participantes deberán haber cumplimentado y firmado la DECLARACIÓN RESPONSABLE DE EXENCIÓN DE RESPONSABILIDADES. Antes del inicio de la actividad, los participantes que no hayan firmado la hoja de declaración responsable de exención de responsabilidades entregarán al Organizador una copia de su declaración anual o cumplimentarán una específica para esta actividad.

Los menores deberán ir acompañados de padres o adultos que se responsabilicen del menor durante toda la actividad.

DEVOLUCIONES Y CANCELACIONES: En caso de no participación en la actividad, siempre que se haya comunicado esta circunstancia con antelación, se devolverá el importe abonado, descontando los gastos que se hubieran originado y el 3% de gastos de gestión.

Si se produjera una suspensión de la actividad, esta tendrá su efecto siempre que no se haya hecho uso de alguno de los servicios ofrecidos en la convocatoria. En este caso se devolverá a los inscritos el importe abonado, descontando los gastos que se hubieran originado y el 3% de gastos de gestión.

En caso de aplazamiento, se mantendrán los pagos e inscripciones de los que así lo manifiesten para la futura celebración. A los inscritos que no quisieran mantener la inscripción se les devolverá el importe de la inscripción descontando el 3% de gastos de gestión.

Todas las devoluciones se realizarán entre los 15 y 30 días posteriores a la fecha prevista de celebración.

ANEXO A

VESTUARIO Y EQUIPO RECOMENDADO PESQUERÍAS REALES 26 ENE





| | | | PUESTO | MOCHILA LIGERA | EQUIPAJE | OBSV |
|-----------|-----|--|--------|----------------|----------|---------------------------------|
| VESTUARIO | 1. | PANTALÓN INVIERNO | - | - | - | |
| | 2. | CHAQUETÓN INVIERNO | - | X | - | |
| | 3. | TRAJE INTERIOR TÉRMICO | - | - | - | |
| | 4. | CAMISETA TÉRMICA | - | - | - | |
| | 5. | FORRO POLAR O SIMILAR | - | X | - | |
| | 6. | PANTALÓN SENDERISMO | X | - | - | |
| | 7. | CAMISETA MANGA CORTA | X | - | - | |
| | 8. | BOTA MONTAÑA | X | - | - | |
| | 9. | ZAPATILLA SENDERISMO | - | - | X | Calzado extra para espeleología |
| | 10. | GUANTES | - | - | X | |
| | 11. | MANOPLAS | - | - | - | |
| | 12. | PONCHO/ T. VIVAC | - | - | - | |
| | 13. | TRAJE LLUVIA | - | - | - | |
| | 14. | POLAINAS | - | - | - | |
| | 15. | GORRO INVIERNO | - | - | X | |
| | 16. | GORRA | X | - | - | |
| VIDA | 17. | FUNDA VIVAC | - | - | - | |
| | 18. | SACO DORMIR | - | - | - | |
| | 19. | PLANCHETA | - | - | - | |
| | 20. | LINTERNA O FRONTAL | - | - | X | |
| | 21. | CANTIMPLORA | - | X | - | |
| | 22. | CUBIERTOS | - | X | - | |
| | 23. | MUDA REPUESTO | - | - | X | |
| | 24. | ROPA DE REPUESTO | - | - | X | |
| | 25. | BOTIQUIN INDIVIDUAL | - | X | - | |
| | 26. | COMIDA | - | - | X | Cena viernes |
| | 27. | UTILES ASEO (TOALLA Y BOLSA DE ASEO) | - | - | X | |
| | 28. | TIENDA CAMPANA | - | - | - | |
| | 29. | BAÑADOR | - | - | X | |
| | 30. | TOALLA BAÑO | - | - | - | |
| | 31. | CHANCLAS RÍO | - | - | X | |
| | 32. | CREMA DE SOL | - | X | - | |
| | 33. | PROTECTOR LABIAL | - | X | - | |
| MONTAÑA | 34. | PIOLET | - | - | - | |
| | 35. | CRAMPONES | - | - | - | |
| | 36. | DESCENSOR | - | - | - | |
| | 37. | CASCO ESCALADA | - | - | - | |
| | 38. | ARNES | - | - | - | |
| | 39. | CUERDA 45 MTS X 9 mm | - | - | - | |
| | 40. | CLAVIJAS, TORNILLOS, MAZO, ANCLAS Y ESTACAS DE NIEVE | - | - | - | |
| | 41. | ANILLO | - | - | - | |
| | 42. | MOSQUETON SEGURIDAD | - | - | - | |
| | 43. | RAQUETAS Y BASTONES | - | - | - | |
| | 44. | ESQUÍ, BASTONES, ANTIDESLIZANTE Y CUCHILLAS | - | - | - | |
| | 45. | GAFAS DE SOL | X | - | - | |
| | 46. | PEGAMENTO /CERAS | - | - | - | |
| | 47. | INFIERNILLO COLEMAN O SIMILAR | - | - | - | |
| | 48. | SONDA/PALA DE NIEVE | - | - | - | |
| OTROS | 49. | CARTOGRAFIA | - | X | - | La da el club |
| | 50. | BRUJULA | - | X | - | OPCIONAL |
| | 51. | PRISMÁTICOS | - | X | - | OPCIONAL |
| | 52. | GPS | - | X | - | OPCIONAL |
| | 53. | DOCUMENTACION PERSONAL | - | X | - | |
| | 54. | TARJETA FEDERADO | - | X | - | |

ANEXO B

Explicación de la información de valoración MIDE

MIDE (Método de Información De Excursiones)

MIDE es un sistema de comunicación entre excursionistas para valorar y expresar las exigencias técnicas y físicas de los recorridos. Su objetivo es unificar las apreciaciones sobre la dificultad de las excursiones para permitir a cada practicante una mejor elección.

| | | |
|---|---|---|
|  Medio. Severidad del medio natural | <ol style="list-style-type: none">1 El medio no está exento de riesgos2 Hay más de un factor de riesgo3 Hay varios factores de riesgo4 Hay bastantes factores de riesgo5 Hay muchos factores de riesgo | |
|  Itinerario. Dificultad de orientarse en el itinerario | <ol style="list-style-type: none">1 Caminos y cruces bien definidos2 Sendas o señalización que indica la continuidad3 Exige la identificación precisa de accidentes geográficos y de puntos cardinales4 Exige técnicas de orientación y navegación fuera de traza5 La navegación es interrumpida por obstáculos que hay que bordear | |
|  Desplazamiento. Dificultad en el desplazamiento | <ol style="list-style-type: none">1 Marcha por superficie lisa2 Marcha por caminos de herradura3 Marcha por sendas escalonadas o terrenos irregulares4 Es preciso el uso de las manos para mantener el equilibrio5 Requiere pasos de escalada para la progresión | |
|  Esfuerzo. Cantidad de esfuerzo necesario | <ol style="list-style-type: none">1 Hasta 1 h de marcha efectiva2 Más de 1 h y hasta 3 h de marcha efectiva3 Más de 3 h y hasta 6 h de marcha efectiva4 Más de 6 h y hasta 10 h de marcha efectiva5 Más de 10 h de marcha efectiva | Calculado según criterios MIDE para un excursionista medio poco cargado |

El MIDE está recomendado por la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada (FEDME), Federación Aragonesa de Montañismo (FAM), Protección Civil del Gobierno de Aragón y otras entidades.