



VOCALIA DE MONTAÑA

FERRATAS EN RIGLOS

Días: 11 y 12 de Diciembre de 2021

Actividad fija y única

ITINERARIO:

Sábado: Ferrata Peña Rueba. Salida y llegada desde Murillo de Gallego. Ferrata clásica de corte italiano.

Domingo: Ferrata Cubilillo os Fils o Mirador de los buitres. Salida y llegada desde Riglos. Corta pero interesante ferrata de clavijas.

DESNIVEL Y DIFICULTADES:

Sábado: 5.5 km, 550m desnivel acumulado, K3.

Domingo: 3.5 km, 440m desnivel acumulado, K3.

Plazas: 10 (Disponibles únicamente para socios de Peñalara)

Inscripción y pago: En la Secretaría de la Sociedad
Teléfono: 915228743

Fecha límite de inscripción: Viernes 3 de diciembre

Transporte: Vehículos Particulares

Alojamiento: Refugio de Riglos <http://www.refugioderiglos.es/es/>

Precio: 51 euros para federados y 66 euros para **NO federados** incluye alojamiento del viernes y sábado, desayuno del sábado y domingo y cena del sábado.

IMPORTANTE: Se deberá tener posesión de la licencia federativa, en caso de olvido se deberá abonar la diferencia al organizador.

Organizan: Carlos Polonio Nieto Tel.: 617637703 polonionieto@gmail.com

MATERIAL OBLIGATORIO: Arnes, casco, disipador de ferrata y el normal para aproximaciones de senderismo.

MATERIAL RECOMENDADO: Guantes

Normas de actuación adaptadas a COVID-19:

Siguiendo las normativas legales para la prevención de la propagación del COVID-19 y salvo que para esos días las Autoridades Sanitarias dispongan otra cosa:

- Los participantes en la actividad no deberán haber tenido síntomas compatibles con la COVID 19 (tos, fiebre, etc.) el día de la actividad, ni los 14 días previos a ésta.
- El desplazamiento hasta el punto de encuentro se realizará individualmente. Para personas del mismo grupo de convivencia, la ocupación total de la capacidad legal de cada vehículo particular podrá hacerse sin utilización de mascarillas. Para personas de distinto grupo de convivencia, se hará haciendo uso de la mascarilla y siguiendo las instrucciones legalmente establecidas.
- Durante la permanencia en el interior de locales, se estará a lo dispuesto para éstos en materia sanitaria.
- Los participantes deberán asistir a la actividad provistos de mascarilla y gel hidroalcohólico para la desinfección de manos, en cantidad suficiente. Igualmente portarán una bolsa de cierre hermético para los materiales higiénicos desechados.
- En el transcurso de todas las actividades al aire libre se mantendrá, siempre que sea posible, la distancia interpersonal de 2 m sin el uso de la mascarilla, pero si por cualquier circunstancia esto no fuese posible se utilizará obligatoriamente ésta.
- Durante las actividades no está autorizado el intercambio de alimentos y bebidas entre personas no convivientes, ni el de objetos sin previa desinfección.

TRACKS:





Sabado: Ferrata Peña Rueba <https://deandar.com/ferratas/via-ferrata-pena-rueba>

MIDE		Peña Rueba	
horario	2h 20' 	 3	severidad del medio natural
desnivel de subida	550 m 	 1	orientacion en el itinerario
desnivel de bajada	550 m 	 3	dificultad en el desplazamiento
distancia horizontal	0,0 Km 	 2	cantidad de esfuerzo necesario
tipo de recorrido	Circular 	 III+	pasos de escalada
Condiciones de tres estaciones, tiempos estimados según criterio MIDE, sin paradas.			
Calculado sobre datos de 2021.			

Domingo: Cubilillo os fils <https://deandar.com/ferratas/via-ferrata-riglos>

MIDE		Cubilillo os Fils	
horario	1h 50' 	 3	severidad del medio natural
desnivel de subida	440 m 	 2	orientacion en el itinerario
desnivel de bajada	440 m 	 2	dificultad en el desplazamiento
distancia horizontal	0,0 Km 	 2	cantidad de esfuerzo necesario
tipo de recorrido	Circular 	 III+	pasos de escalada
Condiciones de tres estaciones, tiempos estimados según criterio MIDE, sin paradas.			
Calculado sobre datos de 2021.			

Explicación de la valoración MIDE

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

Iniciación	K1	Más senderismo que vía ferrata, terreno fácil sin dificultades donde los pasos expuestos están protegidos con cable de seguridad y estacas de hierro, aunque es meramente psicológico. Los menos experimentados pueden usarlos, pero no son realmente necesarios.
	K2	Ya existe terreno rocoso y escarpado con buenos agarres para la progresión, los tramos más verticales se superan con la ayuda de barras metálicas o escalones. Encontraremos cable de seguridad.
Intermedio	K3	Predomina el terreno rocoso, tramos verticales con buenos apoyos y muchas más secciones de cable, no hay grandes exigencias físicas.
	K4	Terreno rocoso con secciones verticales donde el recorrido es considerablemente más expuesto. Existe cable de seguridad pero necesitaremos fuerza de brazos para superar las secciones. Las ferratas en estilo francés, estarán completamente equipadas y buscan la dificultad.
Avanzado	K5	Existen secciones de escalada en roca, a veces muy largas y cansadas, verticales y provistas de cable de acero en los pasos más difíciles. Se recomienda experiencia en escalada, estar en buena forma física y tener fuerza de brazos.
	K6	Terreno para expertos. Se necesita mucha fuerza de brazos, incluso los pasos más complicados pueden no tener tramos de cable o escalones de hierro. Puede ser recomendable llevar pies de gato o calzado similar.

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. **Por motivos de seguridad, no podrán participar en la actividad los socios no inscritos y admitidos por la RSEA Peñalara como asistentes.**

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 de cinco euros por día de actividad.

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.

APLAZAMIENTOS, SUSPENSIONES Y DEVOLUCIONES:

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 5% 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 5% 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 5% de gastos de gestión.**

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