



VOCALIA DE MONTAÑA

SALIDA A PEÑA MONTAÑESA Y MONDOTO

Días: 17 al 19 de Junio de 2022

Actividad fija y única

ITINERARIO:

Sábado: Ascensión a los picos de Mondoto y La Estiva desde Nerín. Descenso por el Barranco de la Pardina y el Cañón de Añisclo. Regreso a Nerín por el collado de Nerín y Sercué.

Domingo: Ascensión a la Peña Montañesa desde el parking del Monasterio de San Victorian.

DESNIVEL Y DIFICULTADES:

Sábado: Excursión circular de 22 km, 1650 m de ascenso y 1650 m de descenso. 8-10 horas.

Domingo: 11 km 1275 m de desnivel positivo y 1275 m de desnivel negativo.

Nivel medio por el esfuerzo físico.

Plazas: 24 (Disponibles únicamente para socios de Peñalara)

Inscripción y pago: En la Secretaría de la Sociedad

Teléfono: 915228743

Fecha límite de inscripción: viernes 3 de junio

Transporte: Coches particulares. Los menos posibles por economía y medio ambiente.

Alojamiento: Albergue Añisclo. www.alberguenerin.es

Precio: 61 euros. Incluye alojamiento para las noches del viernes y sábado, cena del sábado y desayunos del sábado y domingo. No incluye cena del viernes ni comidas del sábado y domingo que se realizarán en ruta. Existe la posibilidad de reservar la cena el viernes al precio de 14€, pero deberá indicarse con antelación. Si tienes intolerancia a algún alimento indícalo en la inscripción.

Será necesario llevar saco sábana y toalla, aunque es posible alquilar allí a un precio de 6€ las sábanas y 3€ la toalla. También se puede solicitar picnic.

Organizan: Gloria Minguito Tfno: 645696032. gloria.minguito@gmail.com

José Juan Rodríguez. jose_juan_rodri@hotmail.com

MATERIAL OBLIGATORIO: El necesario para montaña en verano: botas, bastones, gorra para el sol, protector solar, cantimplora, ropa de abrigo, chubasquero, linterna frontal y manta térmica.

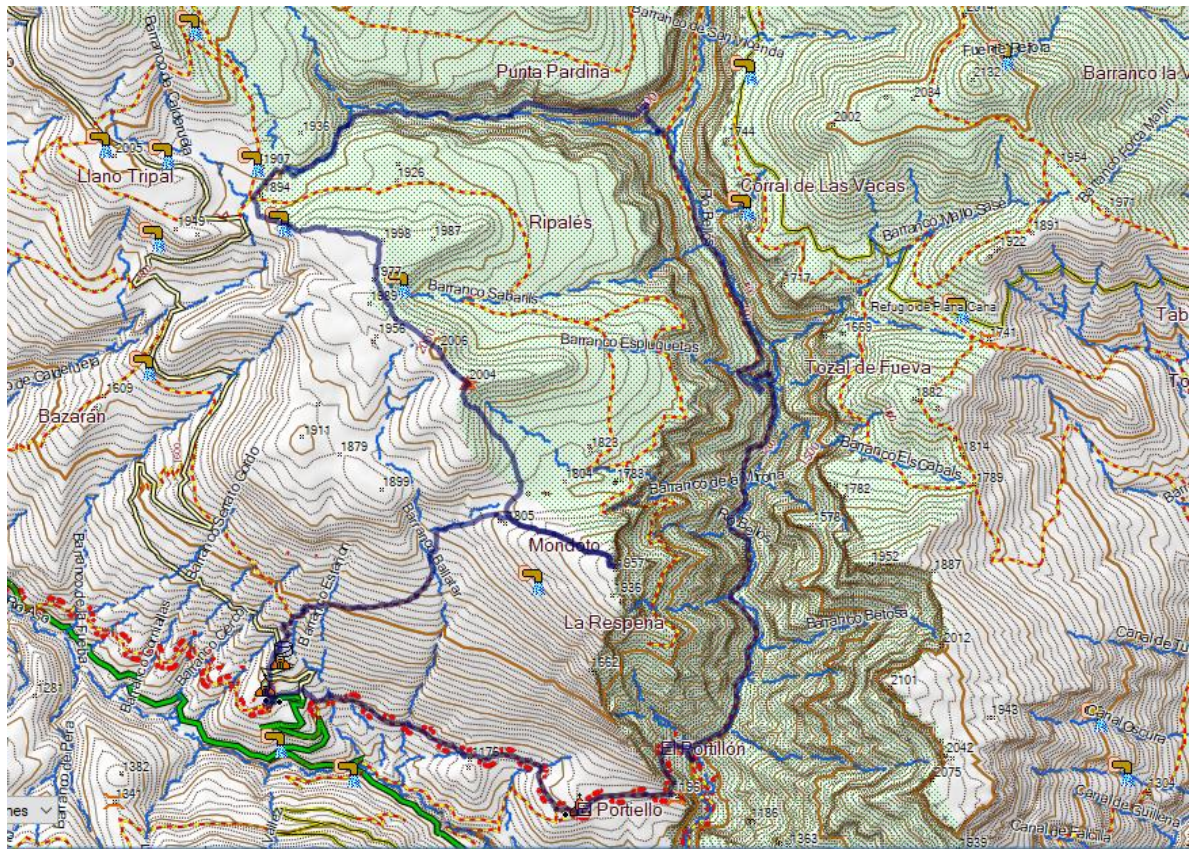
MATERIAL RECOMENDADO: Es conveniente llevar para la excursión del sábado sandalias por si hay que vadear el rio en el barranco de la Pardina.

Normas de actuación adaptadas a COVID-19:

Se actuará de acuerdo con las normas vigentes los días de la actividad.

TRACKS: Se aportarán tracks de las ascensiones a los participantes de la actividad.

NERÍN-MONDOTO-LA ESTIVA-BARRANCO DE LA PARDINA-CAÑÓN DE AÑISCLO-SERCUÉ-NERÍN



MIDE

Mondoto-La Estiva-Barranco de la Pardina

horario	9h 40'			4	severidad del medio natural
desnivel de subida	1650 m			3	orientacion en el itinerario
desnivel de bajada	1650 m			3	dificultad en el desplazamiento
distancia horizontal	22,0 Km			4	cantidad de esfuerzo necesario
tipo de recorrido	Circular				
Condiciones de verano, tiempos estimados según criterio MIDE, sin paradas. Calculado sobre datos de 2022.					

PEÑA MONTAÑESA

MIDE		Peña Montañesa			
horario	7h 10'			3	severidad del medio natural
desnivel de subida	1275 m			3	orientacion en el itinerario
desnivel de bajada	1275 m			3	dificultad en el desplazamiento
distancia horizontal	11,0 Km			4	cantidad de esfuerzo necesario
tipo de recorrido	Circular				
Condiciones de verano, tiempos estimados según criterio MIDE, sin paradas. Calculado sobre datos de 2022.					

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

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 al realizar la inscripción, el seguro diario de accidentes que ofrece la Sociedad

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. Ahora es posible hacerlo en línea (para las personas socias): <https://penalaraonline.org/declaracion-responsable-anual/>

Los menores deberán ir acompañados de padres o tutores que se responsabilicen de ellos durante toda la actividad.

APLAZAMIENTOS, SUSPENSIONES Y DEVOLUCIONES: *(incluir en caso de que haya habido gastos para el participante)*

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.