



SALIDAS MARTES R.S.E.A. PEÑALARA. 10 DE ENERO 2023

Salida al Pico San Benito.

ITINERARIO. Pueblo de la Paradilla 1125m, cumbre del San Benito 1626. Bajaremos por la zona de las trincheras, haciendo ruta circular.

CITA. En el pueblo de La Paradilla a las 9,30 h. Situado a la bajada del Puerto de la Cruz Verde, dirección Ávila.

DIFICULTAD. Moderada.

DESNIVEL. 501. m.

INSCRIPCION. POR MEDIO DE WHATSAPP AL 657 347 663. EN EL WP INSCRIPCIONES. A PARTIR DE LA PUBLICACION DE ESTA CIRCULAR. COMO SE CELEBRARÁ EL ROSCON DE REYES POR LA TARDE, AL TERMINAR LA ACTIVIDAD, NO HAREMOS COMIDA EN RESTAURANTE.

Organiza: Ezequiel Conde Boal.

MATERIAL OBLIGATORIO. Todo lo necesario personal de montaña para invierno.

MATERIAL ACONSEJADO.

Bastones.

Botiquín personal.

Protección solar.

Gorro para el sol.

Cantimplora.

Piolet, crampones, los crampones de correas goma que son para zapatillas, no son aptos para montaña (según condiciones).

SE RUEGA MANTENER TODAS LAS NORMATIVA VIGENTES ACTUALES SOBRE COVID.

AVISO: SE ACONSEJA SALIR PRONTO DE MADRID POR ATASCOS DEL TRAFICO, ADELANTAR 30 MINUTOS LA SALIDA COMPENSA.

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. Se recuerda que os podéis federar en montaña por Internet en la página Web de Peñalara.

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/>