



VOCALIA DE MONTAÑA

SALIDA LA SIERRA DEL BARCO DE ÁVILA (GREDOS)

Días: 27 y 28 de mayo de 2023

Actividad fija y única

ITINERARIO:

Sábado: Ruta circular, subiendo por la Garganta de la Nava, pasando por la Laguna del mismo nombre y la Laguna de los Caballeros donde vivaqueamos.

Domingo: Subiremos a la cumbre de La Covacha de 2.395 m., y bajada por la Garganta del Barco de Ávila o de Galín Gómez por la que pasaremos por la Laguna Cuadrada y la Laguna del Barco.

DESNIVEL Y DIFICULTADES:

Sábado y domingo: Desnivel positivo y negativo: 1.339 m., 23,27 kms.

Plazas: 20.

Fecha límite de inscripción: 23 de mayo

Transporte: En coches particulares.

Alojamiento: Vivac en la Laguna de los Caballeros la noche del sábado al domingo (opcional con tienda, según previsión del tiempo y gustos). Se puede ir directamente desde Madrid la mañana del sábado, o pernoctar por los alrededores la noche del viernes, según el deseo de cada participante.

Precio: 0 € (no incluye pernoctas ni alimentación).

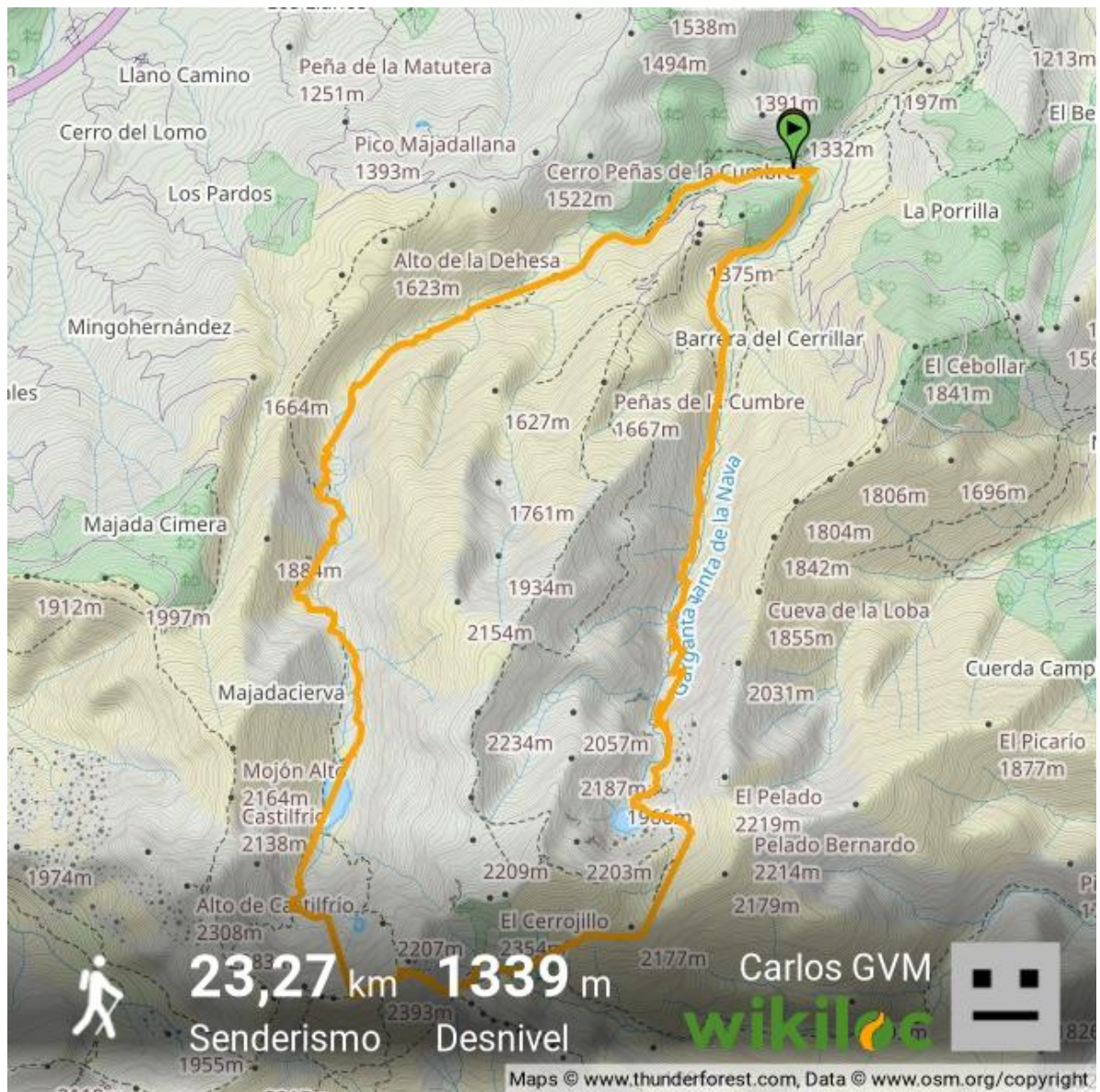
Organizan: Teresa Yelmo Fernández. Tel: 629.925.888 teresaya.elmo@senado.es
Carlos Gómez-Villaboa. Tel.: 617.48.58.70 carlos_villaboa@yahoo.es

MATERIAL OBLIGATORIO: el correspondiente a una actividad de montaña de verano con vivac.

MATERIAL RECOMENDADO: el correspondiente a una actividad de montaña de verano con vivac. Quizá recordar la conveniencia de llevar pastillas potabilizadoras de agua o potabilizadora.

TRACK:

Ruta completa: <https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/garganta-la-nava-covacha-garganta-del-barco-129191936>



RUTA DEL SÁBADO				
horario	3h 40'		2	severidad del medio natural
desnivel de subida	944 m		2	orientacion en el itinerario
desnivel de bajada	0 m		2	dificultad en el desplazamiento
distancia horizontal	10,0 Km		3	cantidad de esfuerzo necesario
tipo de recorrido				
Condiciones de tres estaciones, tiempos estimados según criterio MIDE, sin paradas.				
Calculado sobre datos de 2023.				
MIDE con datos incompletos.				

RUTA DEL DOMINGO					
horario	4h 55'			4	severidad del medio natural
desnivel de subida	395 m			3	orientacion en el itinerario
desnivel de bajada	1339 m			3	dificultad en el desplazamiento
distancia horizontal	13,3 Km			3	cantidad de esfuerzo necesario
tipo de recorrido					
Condiciones de tres estaciones, tiempos estimados según criterio MIDE, sin paradas.					
Calculado sobre datos de 2023.					
MIDE con datos incompletos.					

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 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.

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.