



SECCIÓN BTT

SÁBADO 6 DE MAYO DE 2017

Montes de Valmadrid y cañón de Zafrane



Desplazamiento y transporte de bicicleta hasta el punto de partida por cuenta de los participantes.

Punto de partida: **9,30h. Valmadrid** (parque a la entrada)

[Descargar track](#)

45 KM. - Desnivel acumulado 600 m. - Duración 4 horas aprox.

Dificultad técnica: baja

Esfuerzo físico: medio-alto

INSCRIPCIONES

La actividad es gratuita para federados en montaña (modalidad B).

Para no federados, comentadlo en el CAU cuando vayáis a inscribiros.

Si te animas a participar, ¿cómo apuntarte? Muy fácil:

Pasa por el club el jueves 4 de mayo de 20:00 a 21:30 con el d.n.i. y los carnets de socio y federado (si procede).

RECOMENDACIONES

Cada participante en una salida de BTT debe acudir con un equipamiento mínimo que le permitirá disfrutar de la actividad y evitará muchas complicaciones que afectarían a todo el grupo. Revisa esta lista antes de cada salida.

IMPRESINDIBLE:

- Casco (sin él no vienes con nosotros)
- Cámara de repuesto, parches y desmontables
- Bomba de hinchar
- Agua y algo de comida (barritas, etc)
- Bicicleta revisada y en condiciones

RECOMENDABLE (según circunstancias):

- Guantes
- Ropa de abrigo o chubasquero
- Gafas de sol
- Crema solar