



SECCIÓN BTT

SÁBADO 1 DE OCTUBRE DE 2016

Montes de Villamayor y Perdiguera



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

Punto de partida: 9,30h. Instituto ITACA (Santa Isabel)

Enlace a la ruta (wikiloc):

<http://es.wikiloc.com/wikiloc/view.do?id=6931570>

49 KM. - Desnivel acumulado 360 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 29 de octubre 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