

Ruta de sendeirismo

para a xuventude

de Ponteceso e de Cabana de Bergantiños

unha ruta de aventura !!

Camiñando a carón do río Anllóns
desde a Ponte da Garga ata o refuxio de Verdes

Xoves
26
de agosto
de 2010

Participantes: de 12 anos a 18 anos

Nº de prazas: 20 por concello

de
10.00h
a
16:00h

Prazo de inscrición: ata o día 24 de agosto

Lugar de inscrición:

Ponteceso: Concello, OMIX, Of.Municipal de Corme, Oficina de Turismo

Cabana: Casa do Concello, Casa da Cultura

Distancia:	15 km
Dificultade:	Media
Tempo:	6h



*Transporte en autobús ata o inicio da ruta en Anllóns

*Volta desde Verdes en autobús

Percorrido da ruta:

Anllóns: Ponte da Garga, A Saímia, Ponte de Caldas

Cardezo: Ponte de Cardezo

Langueirón: Ponte de Xavarido

Xornes: Ponte de Pontedona

Verdes: Refuxio de Verdes

Prezo: de balde !

Saída	
09.00h	Corme
09.30h	Ponteceso
09.45h	Cabana
10.00h	Anllóns
Volta	
17.00h	Ponteceso
17.30h	Cabana
18.00h	Corme

Organizan:

Concellos de Ponteceso e Cabana de Bergantiños
Áreas de Turismo e Xuventude





Concello de Ponteceso
Área de Turismo



"Ponte a pé – Ponte a camiñar"

Xoves, 26/08/2010 de 10.h a 16h

Ruta de sendeirismo para a xuventude e de Cabana de Bergantiños

Camiñando desde Anllóns ata ó Refuxio de Verdes

Unha ruta de aventura !!

Distancia:-----15 km

Dificultade:-----media

Tempo:----- 6.00h

Inscricións: ata o venres día 24 de agosto ás 14:00h

Equipamento: calzado axeitado, pantalón longo, pao de apoio,
protección solar, gorra ou sombreiro, auga -bocadillo

Participante:

Nome. _____ Apelidos _____

Enderezo: _____ Tlf: _____ /Idade _____

Correo electrónico: _____

Datos de interese _____

Autorización para participantes menores de idade

D./^a _____ DNI. núm _____

Enderezo _____ Tlf. _____

Como pai/nai/tutor do/a participante menor de idade

AUTORIZO **a:** _____ Idade _____

a participar no ruta de sendeirismo que terá lugar o sábado 26/08/2010

A/o participante-responsable declara que está en condicións para participar na actividade e que non ten ningunha contraindicación.

Ponteceso, ____/____/2010

A organización poderá levar a cabo os cambios que considere precisos para o mellor desenvolvemento da actividade

O/A solicitante/participante da actividade autoriza o Concello de Ponteceso, a utilizar o número de teléfono de móbil e correo electrónico- aquí rexistrados, coa finalidade de comunicarlle as actividades que organice o concello.

