

# ACAMPADA de FIN DE SEMANA para SENDERISTAS y FUTBOLISTAS, en Las Menas de Serón (camping Las Menas). 12 y 13 de Junio

<b>SALIDA</b>	Sábado 12 de junio, a las 09:00 h. en la Biblioteca Villaespesa
<b>REGRESO</b>	Domingo 13 de junio, a las 18:00 h en la Biblioteca Villaespesa



*Con el objetivo de realizar un fin de semana de convivencia y disfrute de la naturaleza, los grupos de Senderismo y Fútbol de A Toda Vela se disponen a realizar un fin de semana de acampada durmiendo en tiendas de campaña, practicando senderismo por Las Menas y haciendo "equipo".*

- ♦ **ORGANIZA:** ASOCIACIÓN A TODA VELA y **COLABORA:** CAM (Club Almeriense de Montañismo)
- ♦ **ASISTENTES:** 15 plazas para adolescentes y jóvenes **mayores de 15 años** ya iniciados en el senderismo o miembros del equipo de fútbol de A TODA VELA.

REQUISITOS DE INSCRIPCIÓN: Contar con una condición física óptima que permita realizar las rutas, haber practicado senderismo con anterioridad o ser del equipo de fútbol.

- ♦ **ALOJAMIENTO:** "Camping Las Menas" situado en el corazón de la Sierra de los Filabres. Estaremos en un antiguo poblado minero, lleno de encanto y rodeados de naturaleza espectacular. Dispone de zona de duchas, la cena del sábado y el desayuno del domingo la haremos en el mesón del camping. Para el domingo también nos proporcionan una bolsa de picnic compuesta por un bocadillo y fruta.



**PRECIO:** SOCIOS: 40 € Personas con discapacidad NO SOCIOS: 65 € Otros: 75 €

**INGRESAR la cuota en CAJAMAR, nº 3058-0098-66-2720017611**

El precio incluye manutención (cena del sábado, desayuno y almuerzo del domingo) y alojamiento, apoyos profesionales y voluntariado, gestión de las rutas, seguro y desplazamiento en autobús de línea regular o vehículos propios.

**Plazo de inscripción hasta el próximo Miércoles 9 de Junio (hasta las 14:00h.)**

## PROGRAMA PROVISIONAL:

### Sábado:

- 11.00h Llegada a Las Menas de Serón y ruta de senderismo.
- 16.00h Llegada al Camping; montamos tiendas de campaña; merienda y actividades de animación.
- 20.00h Cena y paseo nocturno.

### Domingo:

- 8.30h Desayuno
- 10.00h Pequeña excursión por los alrededores y juegos. Recogida del campamento
- 17.00h Salida con el autobús hacia Almería

## EQUIPAMIENTO IMPRESCINDIBLE PARA LAS JORNADAS:

**Maleta** de viaje con: pijama, **saco de dormir**, **esterilla**, manta (si el saco no abriga mucho) y **linterna**, bolsa de aseo y toallas, calzado cómodo para cambiarse tras la marcha y ropa de recambio.

- Bebidas y tentempiés** para las 2 jornadas (zumos, chocolatinas, frutos secos,...)
- Cartera** con documentación y algo de dinero.



- **Medicación** si la hubiera. *Aportad más dosis de las necesarias y marcad cada medicamento con nombre y dosificación, agrupando en una bolsa individual*

### El sábado salir preparado para la marcha con:



- Botas de montaña o calzado deportivo cómodo (que no sea de suela lisa)
- Ropa cómoda (vestirse de manera que sea posible desabrigarse si hace calor pero con ropa adecuada para frío: manga corta debajo, camisa manga larga sobre la misma y polar o jersey encima).
- Gorra y gafas de sol.
- Mochila (de dos tirantas) con:**



- Comida para el día: un par de bocadillos, fruta y algo para picar como galletas o chocolatinas.
- Al menos, 2 litros de agua y zumos o bebidas no gaseosas.
- Chubasquero
- Protector solar y labial
- Papel (higiénico y/o pañuelos)
- Bolsa para basura



Si disponéis de **tienda de campaña**, informad haz al hacer la reserva, pues necesitamos llevar varias para compartir.



**TELÉFONO DE CONTACTO: 607 40 83 87**