

NOME DA ACTIVIDADE: Costa de Ribadeo – Praia das Catedrais

DIA: 24 Setembro 2023 HORA DE SAÍDA: 8:30h (Chegada de volta as 20h aprox.)

ITINERARIO:

. **Ida:** o desprazamento será en bus. A parada estará situada fronte o Centro Cívico de Canido.

. **A pé:** Reinante, Praia das Catedrais, Rinlo, Illa Pancha, Paseo Marítimo Ribadeo, Cargadeiro.

O percorrido será duns 24kms, aproximadamente.

. **Retorno:** Ribadeo-Ferrol.

DIFICULTADE: Baixa ESFORZO: Medio

OBSERVACIÓNS:

O percorrido é de costa, no caso de mal tempo, pode ser desagradable

OLLO!!!: a viaxe en bus será de aproximadamente 2h de ida e outras tantas de volta.

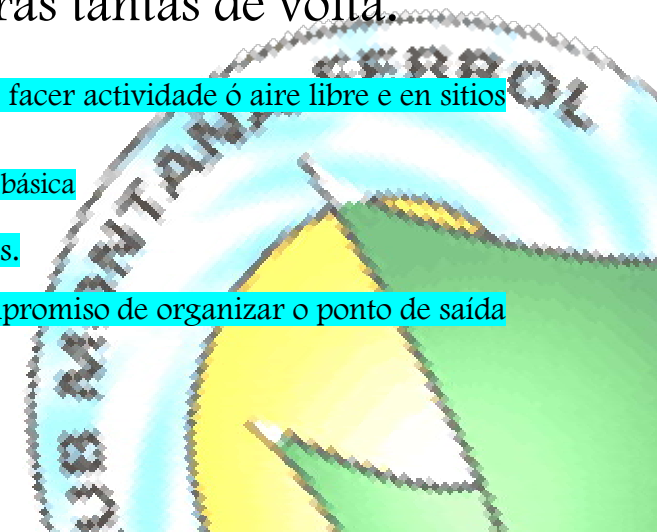
Esta actividade se desenvolve como deporte da natureza e montaña, sendo consciente dos riscos que implica o facer actividade ó aire libre e en sitios agrestes

Calquera que se inscriba o fai tendo en conta o súa propia seguridade, O seguro de accidente contratado e de cobertura básica

A actividade aínda que ten **Guía profesional**, é desenrolada en réxime de igualdade entre todos os participantes.

O Club somentes fai unha proposta, que será aportada por un mapa, un escrito ou verbalmente, co único compromiso de organizar o punto de saída e de chegada.

O Clube en ruta non leva nin adrenalina nin desfibrilador.



Calquera que se inscriba na actividade o fai tendo en conta o súa seguridade e cobertura