

NOME DA ACTIVIDADE: MONTE PINDO

DIA: 22 Setembro 2024 HORA DE SAIDA: 8.30h TIPO DE PERCORRIDO: Media Montaña

SAIDA BUS: CANIDO (Parada bus fronte o Centro Cívico de Canido)

COMENZO: Presa do Xallas en Frieiro REMATE PREVISTO: Na Igrexa do Pindo

ITINERARIO: Canido, Vimianzo, Dumbria, Frieiro.

DISTANCIA: 10kms, DESNIVEL: 690mts DATA ÚLTIMA PARA INSCRICIÓN: 20/09

DIFICULTADE: MEDIA ESFORZO: Alto

OBSERVACIONES:

O percorrido é de sendeirismo algo complexo por mor dos bloques graníticos
Imprescindible calzado de montaña
É exixente. Olo estamos na Costa da Morte e pode haber de todo

Farase unha parada en Vimianzo

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 **NON** 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

