LAGUNAS DE RUIDERA 2013 "NO TE LAS PIERDAS"

Hola compañeros de senderos, una vez próximo el verano y para finalizar la programación de la primera parte del calendario, desde el Centro Excursionista os proponemos una visita a las Lagunas de Ruidera. Cabe señalar que este es un año excepcional para contemplar el impresionante aspecto que presentan; debido a un otoño pleno de lluvias, como muestran las fotos de la semana pasada en la que hicimos el reconocimiento de la ruta.

Se trata de una ruta de dificultad baja, pero con algunos tramos en los que hay que prestar atención ya que nos encontramos en plena naturaleza, ojo: se recomienda protector solar y para algunos: loción anti-insectos. Comenzaremos la salida por un

camino marcado desde el hundimiento, para poco a poco ir junto a las diferentes lagunas que tendremos en nuestra margen izquierda. La primera será la Laguna del Rey, a continuación la Colgada, en la confluencia de ambas tomaremos el “Bocata”, y Victorio aprovechará para darnos información sobre este Parque Nacional. Seguiremos contemplando la belleza del paisaje a través de la laguna Salvadora, la de la lengua, la redondilla y finalmente la de San Pedro.

Después tomaremos el autocar para dirigirnos a comer en el Hotel/Restaurante/ Spa “Galatea” donde tenemos concertada la comida en sus estupendas instalaciones.

Una vez terminada la comida y al pasar por Ossa de Montiel, por gentileza del Hotel Galatea, efectuaremos una parada para que nos muestren una destilería de plantas naturales y que posiblemente en estas fechas se estén confeccionando diversos aceites de plantas aromáticas de la zona. Después de la visita, iniciaremos la vuelta hasta Albacete, donde la llegada aproximada podría ser a las 20’00 horas.

Día: 8 de Junio de 2.013 Plazas 52.

Salida: 7 ' 30 hrs desde el Bar Daniel (absoluta puntualidad).

Distancia: 12' 5 Kilómetros.

Desnivel: ascensión acumulada 171 mts.

Dificultad: Baja /media (por adversidad meteorológica)

Coordinadores de ruta: Juan Luis, Pepe Villar, Juan José y Victorio.

Inscripciones: Hasta completar plazas. Hay que rellenar el formulario de inscripción ubicado en la página web del CEA: www.centroexcursionistaab.es

Se contestará por email con la adjudicación de plaza y forma de realizar el ingreso en la cuenta del CEA. (Nunca se debe realizar el ingreso sin la autorización del organizador).

Observaciones: Para participar en las actividades del CEA es obligatorio disponer de un seguro de accidentes, a los participantes que no dispongan de licencia Federativa, se les tramitará un seguro individual para ese día con la compañía aseguradora Mapfre. Cuyas condiciones aseguradoras y de participación figuran en la página web del CEA. El hecho de formular la inscripción implica que se conocen, asumen y aceptan las mismas.

Cuota:	***Socio de número*** *(Socio del CEA)*	***Socio participante*** *(No socio de número)*
Sin Licencia Federativa	***27 €***	***30 €***
Con licencia Federativa	***24 €***	***27 €***

La cuota incluye: Desplazamiento, comida, seguro aventura Mapfre, monitores y gastos de gestión.

COMIDA: Hotel/spa GALATEA

MENÚ:

1º Galianos Manchegos, ensalada al centro y pastel de queso

2º Caldereta de cordero con patatas

Postre: Natillas caseras o fruta del tiempo

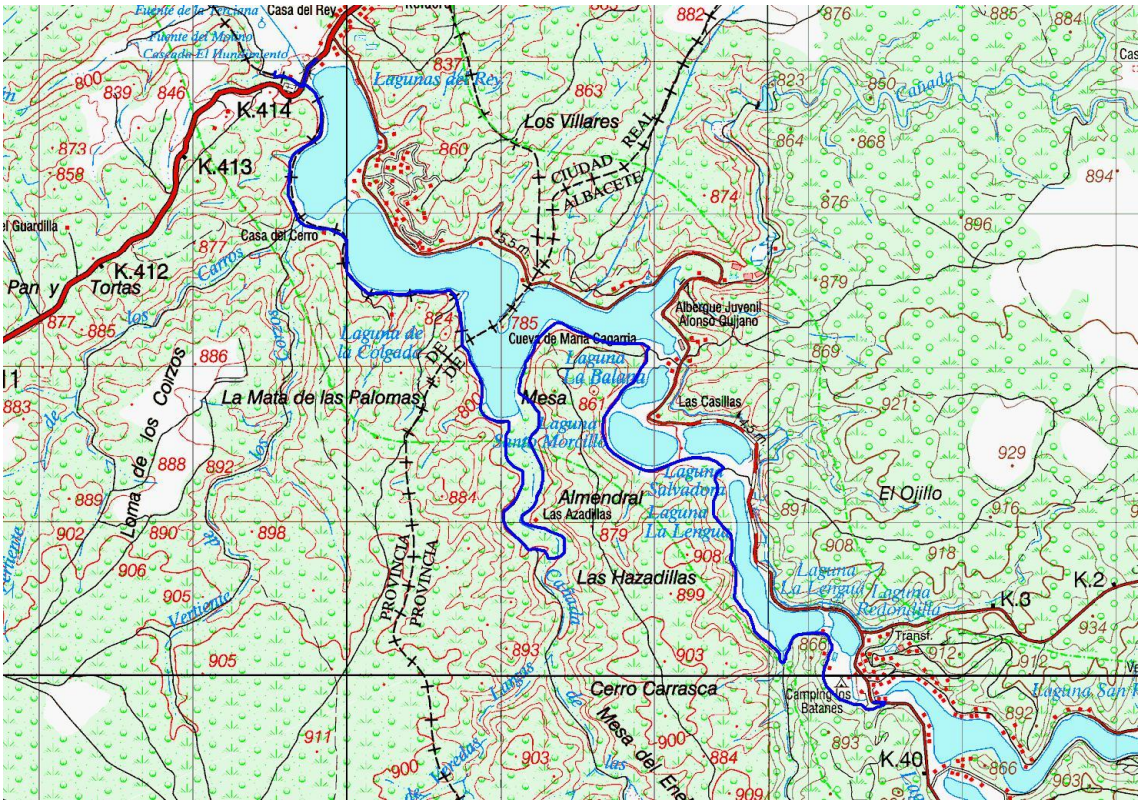
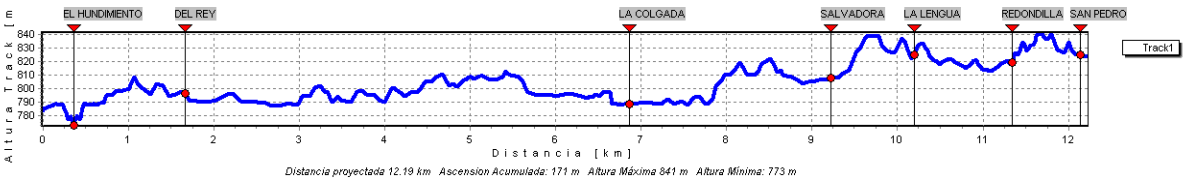
Bebida: Cerveza, sangría, refrescos o agua y café

Importante: cualquier otra consumición en la barra antes o después de la comida, será abonada en metálico al camarero

Las renuncias por causas justificadas, deben de comunicarse con anterioridad a 7 días antes de la actividad, en cuyo caso se abonará el 50% de la cuota pagada, si fuese comunicada con dos semanas de anterioridad, se abonaría el 75% de la cuota pagada.

EQUIPO OBLIGATORIO:

Mochila pequeña, Calzado adecuado para la montaña, protector solar, ropa acorde con las predicciones meteorológicas, bebida, comida, bastón, dinero y documentación. <u>Indicar siempre posibles alergias o medicación necesaria.</u>

ACONSEJABLE: Navaja, gafas de sol, gorra, teléfono, y ropa para cambiarse y no manchar el bus. Informarse previa a la actividad de la climatología prevista y leer las condiciones de participación.

MAPA Y PERFÍL