



# Vocalía de MONTAÑISMO

## -Circular-

Cáceres, 12 de mayo de 2008

### MARCHA DE ALTA MONTAÑA NAVAMEDIANA – CALLEJÓN DE LOS LOBOS (MACIZO CENTRAL DE LA SIERRA DE GREDOS)

- DÍA:** **Sábado, 17 de mayo de 2008**
- LUGAR DE SALIDA:** Avd. Ruta de la Plata (frente a la cafetería Alaska), a las **6:30 horas.**
- LUGAR DE REGRESO:** En el lugar de salida sobre las 22:00 – 23:00 horas.
- NÚMERO DE PLAZAS:** 55
- PRECIO:** 10'00 Euros
- DESCRIPCIÓN DE LA MARCHA:** Localidad de Navamediana (Ávila), Garganta de Navamediana (el 80% del recorrido discurre por las inmediaciones de la ribera de dicha Garganta), Cañada de Vallijuelo, La Gesilla, El Portichuelo, Fuente de las Quebradas, Media Solana, Quiebranarices, Quemaculos, Las Hoyuelas, Las Hoyas, Chozos de Regajo Largo, Fuentes de Regajo Largo, Plaza de los Toros, Callejón de los Lobos. **Tiempo de la marcha:** 10 – 11 horas; **Distancia:** 27,140 metros; **Dificultad:** Alta (4); **Desnivel:** 1.191 metros.
- EQUIPO ACONSEJABLE:** Botas de trekking o similares, prendas de abrigo (según el tiempo reinante), chubasquero o anorak (para casos de lluvia), gorro y macuto o mochila para el transporte del equipo y comida. No olvidar en el equipo las necesarias prendas de protección y abrigo recomendadas para esta clases de marchas.
- COMIDA:** Al igual que otras ocasiones, sugerimos llevarla preparada en bocadillos o alimentos fáciles de transportar y consumir. Es importante llevar cantimplora o recipientes para el transporte de agua.
- OBSERVACIONES:** Dadas las particularidades dificultades de esta marcha, consideramos que la misma no es recomendable a personas sin una buena preparación física y conocimiento suficiente de la alta montaña. Además, es necesario estar en posesión de la Licencia Federativa de la Modalidad A (Alpinismo, Montaña y Alta Montaña).
- INSCRIPCIONES:** Como de costumbre, pueden realizarse en la Conserjería del Club (Sr. Valentín), previo abono de las cuotas establecidas, hasta las 18:00 horas del jueves, 15 de mayo de 2008, significándose que a partir de dicha fecha y en las condiciones que otras marchas, las plazas sin completar –si las hubiere- serían adjudicadas a invitados.
- RECOMENDACIÓN:** Les recordamos que el Club no puede hacerse responsable de cualquier eventualidad o contingencia que pudiera darse en alguna de las actividades programadas, por lo que reiteramos la necesidad de estar en posesión de la licencia federativa correspondiente.

**VALERIANO JIMÉNEZ GRAJERA**