INFORMACIÓN

PARA LOS

PARTICIPANTES

VERSIÓN 1.0

1. ZONA DEL ENCUENTRO

Recepción de participantes y charlas: Castillo. Torre del Homenaje, Plaza del Condestable Dávalos s/n. (Castillo)

Cena: Piscina Municipal, Calle Obispo 12.

Suelo duro, parking y talleres: Polideportivo municipal, Calle Obispo 12 (acceso por la derecha de la piscina).

2. PROGRAMA DE ACTIVIDADES

VIERNES:

18.00-20.00: Recepción de Participantes en la Torre del Homenaje, plaza de Arenas de San Pedro.

Importante: para formalizar la inscripción es necesario presentar el DNI y la licencia federativa de Montaña o Espeleología en vigor.

20.00: CHARLA FORMATIVA: "Cómo preparar nuestras salidas de barrancos". Por Ángel Blasco y Jesús Manuel Sáez Hidalgo.

21.00h: PRESENTACIÓN DEL EVENTO. Por Rubén Rúa Muñoz y Ana Jiménez López.

Con la participación de autoridades. Se hará una breve explicación de los barrancos propuestos para descender durante el fin de semana y se explicará el desarrollo del evento.

SÁBADO:

9.00: DESCENSO DE BARRANCOS

Los participantes tendrán que inscribirse previamente en los descensos con el fin de controlar y no masificar las gargantas. Será necesario un teléfono de contacto y avisar a la salida de los barrancos.

10.00: TALLER DE PROGRESIÓN VERTICAL. Impartidos por técnicos de la federación de Espeleología de Castilla y León.

10.00: TALLER DE AUTORRESCATE. Impartido por técnicos de la federación de Espeleología de Castilla y León.

18:00: CHARLA – MESA REDONDA REGULACIÓN BARRANQUISMO: Asistirán representantes de federaciones, administraciones, ayuntamientos, etc. para hablar sobre la regulación del barranquismo.

19.30 CHARLA: BARRANQUISMO EN UTAH Y ARGELIA. Por Francisco José Padilla "Pady".

20.15. BREVE PRESENTACIÓN LIBRO BARRANCOS, ERREKAS, CASCADAS Y FOCES NAVARRENSIS. Con venta y firma de ejemplares. Por Francisco José Padilla "Pady".

20.30 CHARLA: BARRANCOS EN GALICIA. Por Jesús Manuel Sáez Hidalgo.

22.00 CENA en la piscina municipal de Arenas de San Pedro donde se degustarán comidas típicas de la zona: revolconas, migas, carne de Ávila…

Si tienes alguna alergia o intolerancia, o simplemente llevas una alimentación concreta háznoslo saber e intentaremos adaptarnos para que no te quedes sin cenar.

Durante la cena se proyectarán videos de distintos equipos: ASALVAJAOS TEAM, Barrancos TV…

23.30 SORTEO DE REGALOS Y FIESTA

Los regalos donados por patrocinadores y colaboradores del evento se sortearan entre todos los participantes del encuentro.

DOMINGO:

9.00: DESCENSO DE BARRANCOS

Los participantes tendrán que inscribirse previamente en los descensos con el fin de controlar y no masificar las gargantas. Será necesario un teléfono de contacto y avisar a la salida de los barrancos.

10.30: TALLER DE SEGURIDAD EN BARRANCOS. “Primera actuación en accidentes: Intervención y primeros auxilios”. Impartido por Luis Ángel Ramírez y Lucía Fuentes Martos.

18.00 FIN DEL EVENTO

3. ACTIVIDADES ALTERNATIVAS.

Para aquellas personas que no realicen descenso de barrancos ni quieran participar en los talleres, existen muchas ACTIVIDADES ALTERNATIVAS para realizar por la zona, por lo que es un evento que permite viajar en familia y que todos disfruten.

- Visita guiada a las cuevas del Águila. Ramacastañas. 8€ (descuento de 1€ inscritos en evento o acompañantes)
- Visita al museo de las Abejas. Poyales del Hoyo. Adultos 4,50€, niños 3,50€. (Descuento de 1€ inscritos en evento o acompañantes)
- Ruta a caballo. Gredos Ecuestre. La Parra. (10% descuento inscritos en evento o acompañantes. Sólo domingo)
- Ruta de senderismo de distintos niveles (no serán guiadas pero puedes pedirnos información y te aconsejaremos)
- Rutas de BTT (no serán guiadas, pero puedes pedirnos información). La zona cuenta con numerosas rutas de bicicleta de montaña señalizadas.
- Piscina natural en Arenas de San Pedro. Gratuita
- Piscina municipal en Arenas de San Pedro. 2,50€ niños, 3€ adultos
- Visita de gargantas. Muchas de las gargantas que pueden descenderse, son accesibles a turistas y son frecuentadas por bañistas.
- Servicio de guardería para el sábado. Precio a concretar.

5. NORMAS PARA EL ENCUENTRO

1. Es requisito indispensable estar federado con una modalidad que incluya el descenso de barrancos.
2. Todos los participantes deberán apuntarse en una lista con toda la información del descenso que van a realizar y tendrán que avisar de la entrada y salida del barranco para llevar un control de los participantes.
3. Habrá un cupo máximo de participantes en algunos barrancos que están en zonas sensibles, por lo que se pide que estos cupos se cumplan para evitar prohibiciones o sanciones.
4. Todos los participantes serán autónomos y utilizarán el material y las técnicas adecuadas para el descenso de barrancos.
5. La elección del barranco o garganta será responsabilidad de cada participante. El nivel de dificultad es relativo para cada participante, por lo que tiene que valorar las condiciones según su formación física y técnica.
6. La dificultad de los barrancos es orientativa y siempre es responsabilidad del participante la elección de los barrancos.
7. El tránsito por propiedades privadas está regulado e incluso prohibido, por lo que la utilización de itinerarios dentro de zonas prohibidas será responsabilidad del participante.
8. El participante será el encargado de cumplir la normativa medioambiental y respetar la flora y la fauna, elementos frágiles en nuestros medios.
9. La información ofrecida por la organización de acceso, descenso y retorno es orientativa y será imprescindible que el participante prepare y estudie la actividad, aproximación y retorno, ya que la información puede ser imprecisa.
10. Todos los participantes deberán firmar en el momento de la inscripción documento con el que asumen que la actividad que van a realizar conlleva un riesgo y que el medio en el que se desarrolla es cambiante y es necesaria una preparación técnica y física para llevar a cabo las actividades.

6. LOGISTICA

6.1. Dónde comer

Pte. Publicación.

6.2. Dónde dormir

Pte. Publicación.

6.3. Otros servicios

GASOLINERAS:

Estaciones de Servicio Fernández Bermejo: Avenida Constitución, 54 · 920 37 00 97. Arenas de San Pedro.

SUPERMERCADOS:

Boni : Isabel la Católica, 2, 05400. Arenas de San Pedro.

Supermercados Mavalos : Fray José Trinidad, 3, 05400. Arenas de San Pedro.

Supersol : Huerta, 4, 05400. Arenas de San Pedro.

Gigante: P.º Pintor Martínez Vázquez, 16, 05400. Arenas de San Pedro.

OFICINA DE TURISMO:

920 370 245 - 673 120 714

C/Triste Condesa nº 1

Horario: abierto de martes a domingo de 10.00 a 15.00 horas (lunes cerrado).

PUNTO DE INFORMACIÓN Y ATENCIÓN AL CIUDADANO:

920 37 21 98

José Gochicoa, 20

CENTRO DE SALUD: Cita previa: 920 37 00 02 - 920 37 15 09

Pintor Martínez Vázquez, 21

FARMACIAS:

Paloma Álvarez Gómez. Pl. del Prado, 4. 920 37 00 42

Carlos Sánchez Monge. Triste Condesa, 19. 920 37 00 28

Zofio Ruiz de Adana. Avda. Lourdes, 29. 920 37 09 80

GUARDIA CIVIL DE ARENAS DE SAN PEDRO: 920 37 60 39

GUARDIA CIVIL DE TRÁFICO: 920 37 08 47

POLICÍA LOCAL: 920 37 00 69

GREIM DE ARENAS DE SAN PEDRO: 920-376039

TAXI:

Plaza Condestable Dávalos s/n. 920 37 09 54