



-  
El próximo **domingo 15 de marzo** realizaremos una caminata, parte de la cual, transcurre por la **Acequia de Valsendero.**

Punto de partida: Valsendero

Punto final: La Laguna (Valleseco)

Distancia estimada: 7-8 Km.

Duración: 3 horas (aprox.)

Dificultad: media-alta (el tránsito por la acequia conlleva cierto peligro por riesgo de caídas, no recomendable para personas con vértigo)

Actividad para socios y no socios.

Plazas: 30

Precios: 10 € para los Federados y 12 € para los No Federados (este importe incluye el transporte y el avituallamiento típico del Clumonfir al final del trayecto)

Quedaremos el día señalado en la Fuente de Fargas para salir a las 8:00 horas

Para inscribirse es necesario enviar un correo a [info@clumonfir.es](mailto:info@clumonfir.es) . El jueves 12 será el último día para apuntarse siempre que no se agoten antes las plazas disponibles.

Datos necesarios:

Federados: Nombre y DNI

No Federados: Nombre, DNI, fecha nacimiento, dirección completa, teléfono de contacto, teléfono para casos de emergencia.

El pago se realizará mediante ingreso en la cta. ES43 7198 5160 0001 7501 con fecha límite el jueves 12.

Una vez confirmado el ingreso enviaremos un correo de confirmación.

---

Para transitar por estos caminos es imprescindible un buen calzado cómodo que evite resbalones, protector solar, así como sombrero que nos proteja del sol y de la luminosidad del medio día y un mínimo de 1,5 o 2 litro de agua. En cuanto al vestido, es recomendable ir provisto de chubasquero y de alguna prenda de abrigo; por lo demás, es conveniente que la ropa sea holgada y confortable. Es igualmente aconsejable llevar alimentos que sean de fácil transporte y conservación, así como evitar cargas innecesarias.

#### Recomendaciones

*\* Evite la tentación de recolectar rocas, plantas o animales; así contribuirá a la conservación de estos parajes. De lo contrario, además, podría estar infringiendo las leyes.*

*\* Evite dejar basura y otros desperdicios.*

*\* Sea especialmente cuidadoso con lo que pueda ser causa de incendio.*