



El próximo domingo **21 de febrero** realizaremos una caminata desde **Tamadaba a San Pedro por El Sao**

Dificultad: **media**.

Actividad para  **socios** y  **no socios**.

Plazas: **30**

Precios: 12 € para los Federados y 15 € 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 18 de febrero, 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.

**ES61 3076 0890 8024 0694 6323**

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 infiriendo las leyes.*

*\* Evite dejar basura y otros desperdicios.*

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