



A.D. GRUPO DE MONTAÑA PEGASO

www.montanapegaso.com

X MARCHA DE LA MUJER



Fecha:	08 de marzo de 2020 Al final de la marcha fiesta con merienda y entrega de regalos
Transporte:	Autobús <ul style="list-style-type: none">• 07:30 h. Canillejas (Calle Alcalá 634).• 07:45 h. Plaza de Castilla.• 08:00 h. Tres Cantos (Ver salida de autobuses en la web)
Precio:	12 € Federados (con Licencia B o superior) 15 € Otros (Incluye seguro) Pago previo mediante tarjeta bancaria obligatorio.
Datos técnicos:	OPCIÓN CORTA: Cercedilla – Río Pradillo – Senda de los Alevines – Coll. entoso – Pradera de Siete Picos – Coll. Albo – Cercedilla Distancia 16 km. Desnivel positivo +820m MIDE: 3-3-3-3 (Dificultad media) 5:45h de marcha efectiva OPCIÓN LARGA: Cercedilla – Río Pradillo – 2º Pico de Siete Picos - Coll.Ventoso – Cogorros – Pto Navacerrada – Navalmedio – Cercedilla Distancia 24 km. Desnivel positivo +1.300m IDE: 3-3-3-4 (Dificultad alta) 8:40h de marcha efectiva
Material:	Botas de montaña, bastones, cortavientos, gorra, gafas de sol, ropa de abrigo, algo de comida y agua suficiente. Material de orientación (GPS y/o mapa y brújula). Posibles crampones y piolet (se avisará con tiempo)
Inscripción:	A partir del 24 de febrero: www.montanapegaso.com Ver condiciones de inscripción y anulación en Web Las mujeres tendrán preferencia en la inscripción
Coordinador:	Laura de Arriba E-mail: lauradag@gmail.com Teléfono: 615445125

