



A.D. GRUPO DE MONTAÑA PEGASO

www.montanapegaso.es

Integral tresmiles de Sierra Nevada



Fecha y hora:	Del 5 al 8 de mayo de 2025 (¡entre semana!)
Transporte:	En coches. Se coordinará los participantes para compartir vehículos.
Alojamiento:	Refugio del Picón, Refugios libres y Vivac,
Precios:	- Coordinadores o colaboradores federados con Licencia B o superior: 29 € - Coordinadores o colaboradores NO federados : 46 € (incluye seguro) - NO coordinadores o colaboradores federados con Licencia B o superior: 41€ - NO coordinadores o colaboradores NO federados 58 € (incluye seguro)
Datos técnicos:	Lunes 5: Punto de encuentro: Jerez del Marquesado 19:45h. Transporte por cuenta del socio, se ofrecen posibilidades en Tpte Publico Dia 1º: Lunes 5: Traslado a Refugio Picón de Jérez (4x4 no incluido en precio) Dia 2º: Martes 6. Ref. Picón – Puntal de Juntillas – (Goterón o 7 lagunas, vivac) 20 kms +1300m/-1000m (duración estimada 10h) Dia 3º: Miércoles 7. Lagunas–Mulhacén - Ref vivac Carihuela 15 kms +1400m/-1200m (duración estimada 9h) Dia 4º: Jueves 8. Ref vivac Carihuela – Pico Caballo – Rinconada de Nigüelas (4x4 a Nigüelas no incluido en precio) 15 kms +800m/-1500m (duración estimada 10h) Transporte final a Granada (o hasta Guadix) – Viaje de vuelta a Madrid.
Material:	Botas de esquí, bastones, esquíes, focas y cuchillas, cortavientos, gorra, gafas de sol y de ventisca, ropa de abrigo, comida y agua suficiente. Material de vivac: Esterilla, saco, (infiernillo, a comprar). Material de seguridad: GPS, ARVA, pala, sonda, casco, crampones, piolet, linterna, etc.
Inscripciones:	En la web del club a partir del 25 de abril a las 22.00h Si no se hace el pago en 6h se perderá la plaza. Ver Protocolo de participación en actividades.
Coordinador:	Luis Cano vivacazorla@yahoo.es 639041165

