



# A.D. GRUPO DE MONTAÑA PEGASO

[www.montanapegaso.es](http://www.montanapegaso.es)

## Integral tresmiles de Sierra Nevada



<b>Fecha y hora:</b>	Del 5 al 8 de mayo de 2025 (¡entre semana!)
<b>Transporte:</b>	En coches. Se coordinará los participantes para compartir vehículos.
<b>Alojamiento:</b>	Refugio del Picón, Refugios libres y Vivac,
<b>Precios:</b>	- <b>Coordinadores o colaboradores federados</b> con Licencia B o superior: 29 € - <b>Coordinadores o colaboradores NO federados</b> : 46 € (incluye seguro) - <b>NO coordinadores o colaboradores federados</b> con Licencia B o superior: 41€ - <b>NO coordinadores o colaboradores NO federados</b> 58 € (incluye seguro)
<b>Datos técnicos:</b>	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.
<b>Material:</b>	Botas de esquí, bastones, esquíes, focas y cuchillas, cortavientos, gorra, gafas de sol y de ventisca, ropa de abrigo, comida y agua suficiente. <b>Material de vivac:</b> Esterilla, saco, (infiernillo, a comprar). <b>Material de seguridad:</b> GPS, ARVA, pala, sonda, casco, crampones, piolet, linterna, etc.
<b>Inscripciones:</b>	En la web del club a partir del <b>25 de abril a las 22.00h</b> Si no se hace el pago en 6h se perderá la plaza. <b>Ver Protocolo de participación en actividades.</b>
<b>Coordinador:</b>	Luis Cano <a href="mailto:vivacazorla@yahoo.es">vivacazorla@yahoo.es</a> 639041165

