

Circuito de Bicis y Acampada

 FECHA	<u>Viernes 25 y sábado 26 de mayo de 2012</u>	
 ITINERARIO	Pozuelo de Alarcón - El Plantío	
 RECORRIDO	<u>RECORRIDO CIRCULAR</u> - CICLABILIDAD: Buena - DIFICULTAD: Ninguna. - DISTANCIA EN LOS 2 DÍAS: Sobre unos 25 Km. en mayor o menor medida dependiendo del grupo.	
 SITUACIÓN	<u>SITUACIÓN DEL CAMPAMENTO</u> Campamento situado en El Plantío, Salesianas María Auxiliadora. El Albergue esta situado en el término de El Plantío-Majadahonda, el recinto del albergue está cerrado, disponiendo de grandes espacios.	
 TRANSPORTE	<u>TRANSPORTE:</u> Medios propios (los padres llevarán y recogerán a las Exploradoras, en el lugar y horarios indicados a continuación)	
 P.ENCUENTRO	Punto de encuentro VIERNES INICIO ACTIVIDAD	HORA
	En la glorieta junto al puente de la M40 semi-esquina C/ Escultura. Entrada por la C/ Escultura (Pozuelo de Alarcón)	18:30 h.
	Punto de encuentro SÁBADO FIN DE ACTIVIDAD	HORA
	EL MISMO DE INICIO DEL VIERNES	18:00 h.
* Como llegar	Desde el quiosco de la Fuente de la Salud (el Torreón), coged la calle San José de Calasanz hasta la confluencia (izda.) con la Calle Escultura, tomad esta hasta el final, llegada al PUNTO DE ENCUENTRO	* Como llegar

EQUIPAMIENTOS BÁSICOS PERSONALES  y  PARA REALIZAR LA ACTIVIDAD


EQUIPAMIENTO  CAMPADA

**SE LLEVARÁ EN UNA BOLSA O MOCHILA PEQUEÑA
DIFERENTE A LA DE LA RUTA DE BICI**

Este equipamiento lo llevará cada Exploradora el VIERNES 25, un poco antes de la hora de entrada al Colegio, a las 08:20 h., y lo entregará a Guillermo que os esperará nada más ENTRAR AL COLEGIO A LA DERECHA.

Este equipamiento será llevado posteriormente desde el Colegio hasta el Albergue en coche.

Saco de dormir.	Toalla pequeña y aseo.
Chándal y Camiseta deportiva.	Calcetines y ropa interior de repuesto.

Equipamiento  al reverso

EQUIPAMIENTO PERSONAL **B**ICI.

SE LLEVARA EN LA RUTA, SOLO LO DETALLADO Y MOCHILA LO MÁS PEQUEÑA POSIBLE

	LLEVAD LA BICICLETA PREPARADA Y AJUSTADA DE: FRENOS, CAMBIOS, PRESION DE RUEDAS, ALTURA MANILLAR Y SILLIN AJUSTADOS A VUESTRA ESTATURA.
	CASCO (IMPRESINDIBLE)
	GUANTES (de ciclismo o similares para protección en caso de caída) (MUY RECOMENDABLE)
	MOCHILA PEQUEÑA (PARA LLEVAR LA CENA) (NO BANDOLERAS) (llevad en ella solo lo indispensable) Comprobad que estén bien los correajes.
	CENA DEL VIERNES: BOCADILLO, BATIDO CON LECHE Y FRUTA.
	BOTELLA DE AGUA, DE PLASTICO
	DEPORTIVAS (mejor sin cordones o con los cordones bien atados y cortos)
	1 CAMARA DE REPUESTO DE BICI
	BOLSA PARA LA BASURA DEL SÁBADO.

COMIDAS

El desayuno y comida del sábado va a cargo de la organización.

Tened en cuenta el pronóstico del tiempo, es muy importante que vengas con el equipo adecuado.

- * - * - * - * - * - * - * - * - *

CARNÉ BTT EXPLORADORA

Para poder participar en esta actividad, cada **EXPLORADORA** deberá presentar a la organización al llegar:

- 1 * ESCRITO (1) CON LAS NORMAS REDACTADAS.**
Aprobadas por las Exploradoras, el pasado viernes 4 de mayo, en el taller de bicis y.....
- 2 * ESCRITO (2), CON SU NOMBRE, DE SER CONOCEDORAS DE LAS NORMAS Y DE SU COMPROMISO A CUMPLIRLAS.**

Las Exploradoras que no estuvieron en el taller de bicis, deberán informarse de las normas a través de las compañeras que asistieron.

- * - * - * - * - * - * - * - * - *

| | | |
|---------------------------------|---|---------------------------------|
| E-mail | CUALQUIER DUDA QUE OS SURJA NO DUDEIS EN CONSULTAR.
POR FAVOR, EN CASO DE NO ASISTENCIA A LA ACTIVIDAD, COMUNICADLO. |
MÓVILES |
| María Elisabeth 657408005 | Raquel 630461727 | Guillermo 636066666 |
| m.elisabeth@stlouisfrancais.com | rakel@buenassendas.es | guillermo_canoa@buenassendas.es |

- * - * - * - * - * - * - * - * - *

NOTA IMPORTANTE A EXPLORADORAS

Como en todos nuestros encuentros por consideración al grupo, será imprescindible la **comunicación de la NO asistencia antes** de las 48 horas al desarrollo de cada actividad, pudiéndolo hacer preferiblemente por correo electrónico a, **guillermo_canoa@buenassendas.es** o por SMS al 636 066 666

Muchas Gracias por Vuestra Colaboración.