FICHA DE SEGURIDAD DE LA ACTIVIDAD PARA PARTICIPANTES

Denominación RUTA DE GARCIAZ

Fecha de Realización 25-04-2021

Características Según sistema MIDE

GARCIAZ			
Horario MIDE	**5h 55´**	Severidad del medio	**1**
Desnivel de subida	**622m**	Orientación en el itinerario	**2**
Desnivel de bajada	**622 m**	Dificultad en el desplazamiento	**2**
Distancia horizontal	**18,4 Km**	Cantidad de esfuerzo necesario	**3**
Tipo de recorrido	**Circul**ar		
Condiciones todo el año, tiempos estimado según criterio MIDE, sin paradas Calculado sobre datos 2021			

Clasificación 1-5 3

Previsión tiempo criterio club 5h 30mi,

Previsión de lluvias 100% AEMET

Previsión de temperatura 10-21ºc AEMET

Alertas meteorológicas Ninguna AEMET

Nivel de peligro de incendios bajo AEMET

Responsables y función. Dirección de ruta José María Reyes

Seguridad en ruta Fco Javier Sanz

Responsable auxiliar Pilar Gragera Vázquez

MATERIAL OBLIGATORIO

Bota de trekking, zapatilla de trekking o trail.

Prenda cortaviento impermeable

Prenda térmica

Protección solar

NORMAS OBLIGATORIAS

En circulación por zona urbana

Siempre por la acera

En zonas con riesgo de caída a distinto nivel

Terminantemente prohibido la escalada al vértice. Geodésico del Alto del Venero

RECOMENDACIONES

a) Es recomendable un buen estado de salud y una forma física aceptable
b) Abstenerse de participar en esta ruta personas con enfermedades cardiorrespiratorias