

AMPA CEIP EUGENIO MARÍA DE HOSTOS

PROGRAMA EXCURSIONES DE INICIACIÓN AL SENDERISMO Y LA NATURALEZA

CURSO 2014 / 2015

SENDAS Y RUTAS, INTERPRETACIÓN DEL MEDIO NATURAL, EN MONTAÑAS CERCANAS

LA NATURALEZA COMO CULTURA, CON EJERCICIO MODERADO, EMOCIÓN ESTÉTICA Y LOS CINCO SENTIDOS

Donde pongas tus pensamientos, llevaremos tus pasos; Practica el senderismo, evita el sedentarismo

Excursiones tuteladas, con paradas didácticas, adaptables a diferentes niveles y duración. Diversas opciones a solicitud.

Sendas de medio día para iniciación (nivel bajo o medio, de tres o cuatro horas, itinerarios entre los 4 y los 8 km.).

Rutas de jornada completa (niveles medio o medio - alto, de cuatro a seis horas, itinerarios entre los 9 y los 18 km.).

Trayectos a medida, por listado adjunto, adaptados a las necesidades de cada grupo, o por encargo específico, según intereses.

Itinerarios y tarifas especiales para el AMPA. Descuento por concertar y realizar un programa completo durante el curso actual.

Guía coordinador, Paco Cantó Portillo, con 40 años de experiencia, en montañismo y educación ambiental, por la Sierra de Guadarrama. Guías de apoyo según ruta y aforo.

Tiempos reales y bien ajustados. Con breves descansos y numerosas explicaciones en cada ruta. Edad recomendable desde 4 - 6 años, menos, consultar.

Actividades flexibles, adaptables e ideales para convivencia de grupos familiares. **No es necesario equipo especial**, solo botas y ropa de abrigo.

Salidas en autocares desde Madrid, **o en coches**, con puntos de cita en pueblos y puertos de la sierra.

Excursiones en fines de semana, sábados o domingos, y días laborables o festivos.

Rutas especiales para disfrutar de los colores del otoño, el esplendor de la primavera o la magia de la nieve.

Envío de documentación y mapas, en forma digital, de cada ruta, así como el parte del tiempo, unos días antes.

Se pueden organizar charlas de materias como senderismo, botánica, fauna, geología, cartografía, toponimia, etimología, literatura, historia, geografía...

MAS INFORMACIÓN, DUDAS Y OTRAS CONSULTAS EN EL CORREO, fcantop@gmail.com

Los horarios están calculados en condiciones medias y sin nieve, a un ritmo normal, sosegado y realizando diversas paradas didácticas, con breves descansos, incluido un tiempo para tomar un bocadillo. La hora de inicio de la andadura será sobre las 9:00 - 10 h., en el punto de partida, por lo general un puerto de montaña, y su conclusión sobre las 14 – 15 h. para las actividades de medio día, y sobre las 16 - 18 h., en las actividades de jornada completa. En caso de mal tiempo u otras condiciones adversas, se variara la actividad, con rutas alternativas, pero procurando no anularla.

Para la asistencia, mandar un correo a ampahostos@gmail.com **y realizar ingreso del importe antes de la fecha y en la cuenta indicada por el AMPA.**

Solo se admiten cancelaciones al menos 48 h., antes del día de la salida, después no hay devolución.

PROPUESTA PROGRAMA DE RUTAS PARA EL CURSO 2014 -2015.

SALIDAS TRIMESTRALES

Nº	FECHA	RUTAS	DATOS: DIFICULTAD, DURACIÓN	OBSERVACIONES: TRANSPORTE Y CITA
1.	SAB 29 NOVIEMBRE	P. Natural de las Hoces del Río Duratón	MEDIA, LARGA, 5 - 6 h, día completo	Solo bus RESERVA PREV.
2.	DOM. 15 FEB. o 15 MARZO	Pontón de La Oliva – Río Lozoya	MEDIA, 4 - 6 h, día completo	En bus o coches, cita Patones de Abajo
3.	DOM. 26 ABRIL	Pto de Cotos - río Eresma – Valsaín - CENEAM	MEDIA, 4 - 6 h, día completo	Solo en bus, RESERVA ANTICIPADA
4.	SAB. 13 JUNIO	Pto. Cotos - Lagunas Peñalara	MEDIA, 5 - 6 h, día completo	En coches, RESERVA, cita pto. de Cotos

(Algunas rutas es mejor hacerlas con autobús, pero con modificaciones, casi todas, también se pueden hacer en coches).

RESERVA, supone saber al menos 3 / 4 semanas antes el nº de asistentes, para gestionar previamente el acceso, por ser espacio natural protegido.

TARIFAS

OFERTA PROGRAMA COMPLETO PARA EL CURSO ACTUAL

(MÍNIMO 4 SALIDAS), (SIN DISTINCIÓN EDADES):

EN AUTOBÚS: costes según asistencia, dependiendo de las plazas del bus

Mas tarifa de los guías, por plaza, **7 €** en la SG, y de **8 €**, en el Cañón del Duratón, pues en este ultimo exigen tres guías mínimo, y dividirse en grupos.

EN COCHES PARTICULARES: PARA GRUPOS DE 10 A 24 PERSONAS, **8€** x PLAZA / DESDE 25 O MAS PERSONAS, **7€** x PLAZA.