

ASCENSION INVERNAL A LA SAGRA 2.383m

DIA:

21 y 22 Enero 2012 Posible cambio según condiciones de la Nieve.

SALIDA:

Sabado 21 en coches particulares para pasar la noche en PUEBLA DE DON FABRIQUE

DISTANCIA:

4,5Km aproximados 3-4H ascensión según estado nieve + 2-3 H descenso

DESNIVEL:

+903m -903m

DIFICULTAD:

ALTA según estado nieve y condición física

DESCRIPCION:

Tras pasar la noche en La Puebla de Don Fabrique nos dirigiremos a los Collados de Debajo de la Sagra 1.480m y partiremos dirección cara Norte hasta la Fuente de los Paradores y poco después comenzaremos la verdadera ascensión hasta la cumbre 2.383m.

MONITORES:

Fco Javier Belmonte: cejavibelmonte@gmail.com.

PLAZO DE INCRIPCION:

Hasta completar grupo, max 2-3 coches/ 8-10 personas

INSCRIPCIONES:

A)Contactar con Fco Javier Belmonte via mail: cejavibelmonte@gmail.com.

Indicando experiencia en montaña y equipo disponible.

B)En el Bar Comodin C/Fco Pizarro, 69, todos los jueves a partir de las 22:00

MUY IMPORTANTE:

Es obligatorio tener licencia federativa de montaña. Necesario crampones y piolet. Y buena condición física. Importante desnivel.

PRECIO:

Gastos de alojamiento , comidas y desplazamiento en coches particulares.

OBSERVACIONES:

Ascension no recomendable para gente sin experiencia previa en montaña. Ascension de media-alta montaña invernal, con un gran desnivel/inclinación concentrado en la parte final de la ascensión. Condiciones de nieve y frio importantes Cara Norte.

COMIDA:

Para comer el dia 22 durante la ascensión, recomendable comida ligera de fácil asimilación debido al esfuerzo y el frio.

CONSEJOS:

Ropa de abrigo impermeable-transpirable, gorro y guantes, polainas, un termo con bebida caliente y ropa de repuesto para cambiarnos al llegar al coche.