



## LA SAGRA DE ALTO EN BAJO

### Puebla de Don Fadrique (Granada)

**DIA:** 26 DE ABRIL DE 2014

**SALIDA:** 7:00 DE LA MAÑANA EN EL BAR DANIEL

**DISTANCIA:** 15 KM

**DIFICULTAD:** ALTA

**ASCENSIÓN ACUMULADA:** 1.300 metros

Se trata de una ruta de nivel de dificultad alta. Tiene una distancia aceptable, pero se debe tener una preparación física. El recorrido de la ruta puede variar dependiendo de las condiciones climatológicas.



El autobús nos dejará en el cortijo de Viana (1.280 mts), que se encuentra junto a la carretera donde empezaremos a subir por el collado de la víboras (1.852 mts) para coger la senda principal para subir a la cima (2.365 mts), una vez en la cima empezaremos la bajada por el bosque vertical hasta la Losa donde es nuestra llegada. En la llegada visitaremos las secuoyas y allí nos esperara el autobús.



**INSCRIPCIONES:** Complementar el formulario ubicado en la pagina Web del CEA. Se contestara por email con la adjudicación de la plaza y la forma de realizar el ingreso. No se debe realizar el ingreso sin la autorización del organizador.

**IMPORTANTE:** en el formulario indicar experiencia en montaña

Cuota:	Con tarjeta federativa	Sin tarjeta federativa (seguro Mapfre)"mirar condiciones pagina web CEA"
Socio de numero CEA	20 €	23 €
Resto: Socio participante	23 €	26 €

**La cuota incluye:** viaje de ida y vuelta, seguro aventura Mapfre y coordinadores de ruta.

**Coordinadores de ruta:** José Manuel Jiménez Juárez, Pedro Campayo Romero

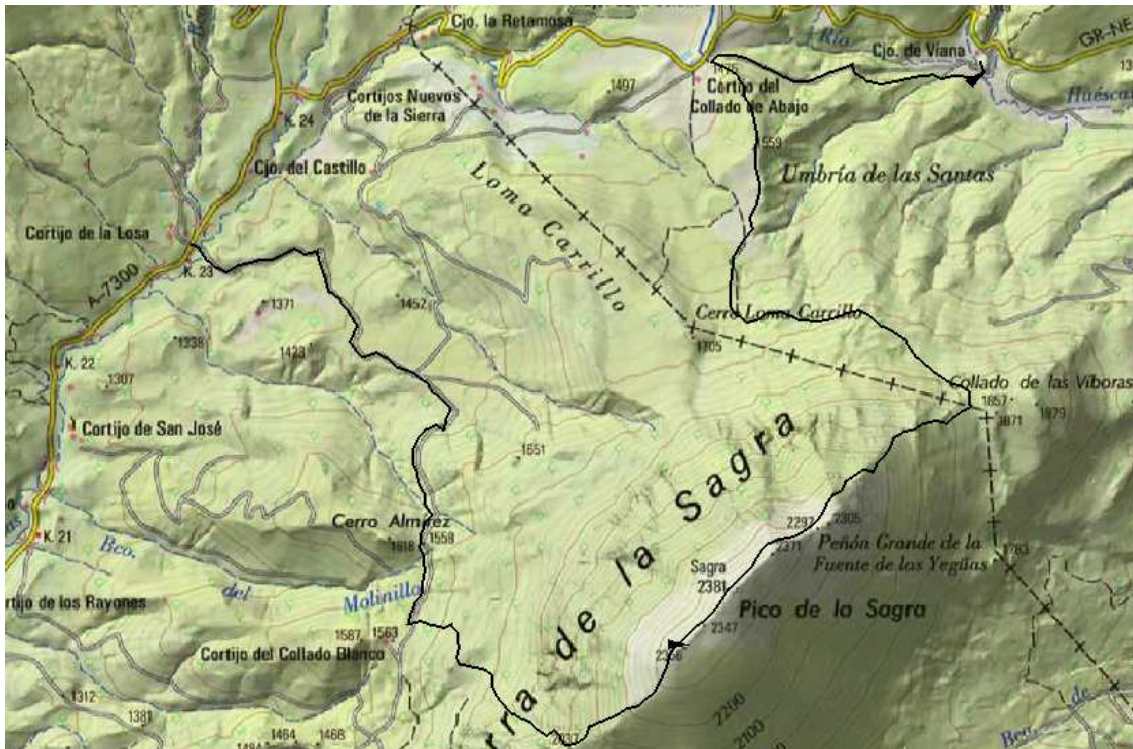
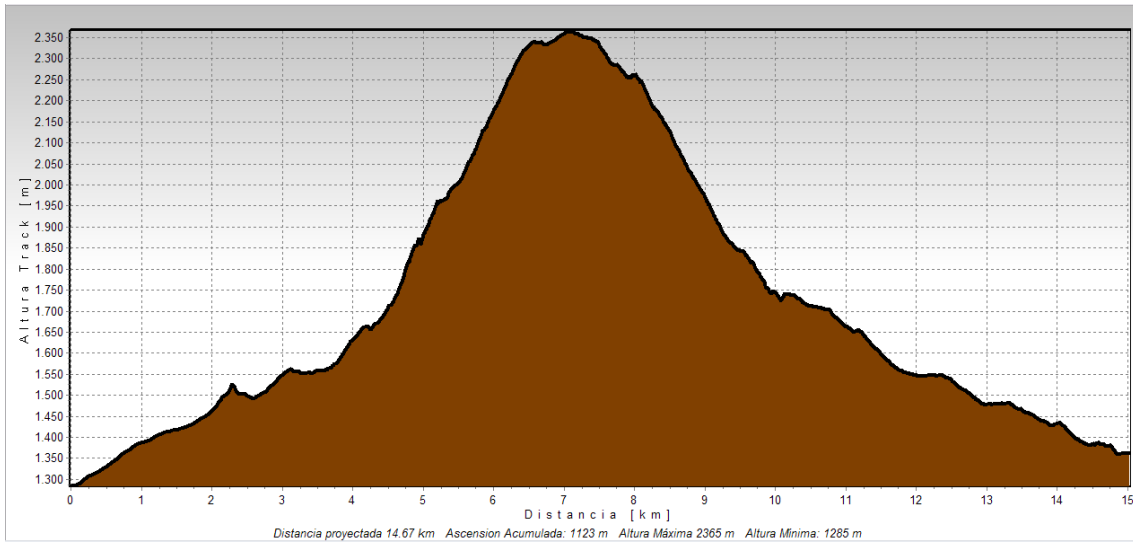
**Plazas:** 28 personas, por orden de inscripción

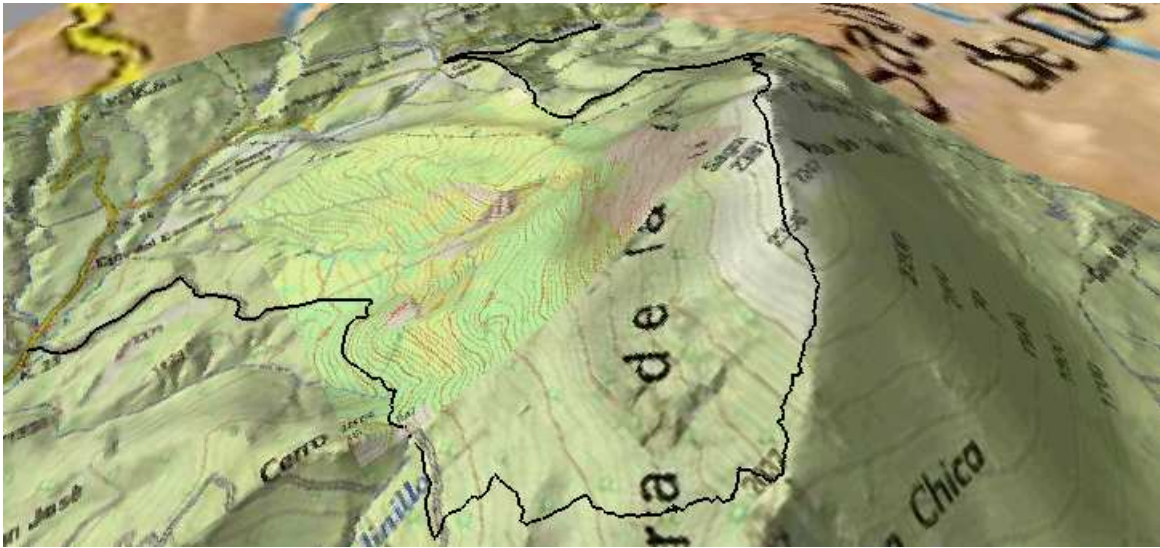
### **OBSERVACIONES:**

- Si acabamos pronto, podemos realizar una visita al pueblo
- Hay que llevarse calzado y ropa adecuada para la subida a la Sagra, y ropa de repuesto.
- Tendremos que llevar almuerzo y comida, agua o cualquier bebida energética.
- Para participar en las actividades del CEA. Es obligatorio disponer de seguro de accidentes. A los participantes que no posean licencia Federativa, se les tramitará un seguro de accidentes individual para ese día con la compañía Mapfre, cuyas prestaciones, condiciones y coberturas se encuentran expuestas en la pagina del CEA.
- El hecho de formular la inscripción supone: que se conocen y asumen tanto las condiciones aseguradoras, como las condiciones generales de participación igualmente expuestas en la página del CEA.
- En caso de renuncia, únicamente se devolverá el 75% de lo ingresado si es con anterioridad a los 7 días de la ruta. El 50% si es con menos de 7 días. No acudir el día de la ruta no da derecho a ninguna devolución. En cualquier caso se descontarán los gastos correspondientes a tramitación de seguro. Comisiones bancarias etc.



# MAPA Y PERFIL





Los deportes de montaña son potencialmente peligrosos. Hay que practicarlos cuando se tiene buena condición física, conocimientos del terreno y de la meteorología. Además, hay que ir correctamente equipados y lo mejor es dejarse llevar por personas que conocen la ruta. Sólo así se puede disfrutar de la montaña y de las satisfacciones con las que nos recompensa.

Las rutas de ascensión a La Sagra –sobre todo en invierno- son más exigentes, dejan los caminos y sendas tradicionales y remontan pendientes más duras físicamente, con obstáculos de roca y hielo que obligan a un conocimiento preciso de la alta montaña.

Respetad siempre la naturaleza y la propiedad privada por la que camináis. Sed humildes y dejaos llevar y aconsejar por las personas que mejor conocen la montaña.

Ante todo, haced de la excursión un día inolvidable, lleno de bellos momentos, en compañía de los amigos.