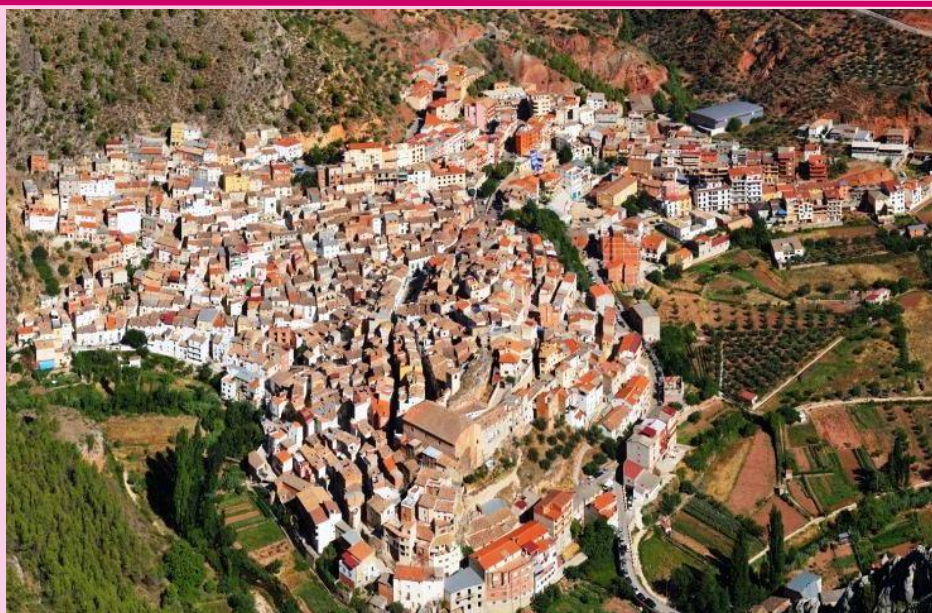


I CRONTARRELOJ AL PADRASTRO BOGARRA (ALBACETE) .

Sábado 14 de Enero de 2023



DATOS DE INTERÉS

HORA DE SALIDA	8:00h. desde Albacete
LUGAR DE SALIDA	Desde el Bar Daniel -Paseo de la Circunvalación, 113-
DISTANCIA	Contrarreloj 5,6 Km / Ruta Senderismo 5,6 Km (Subida) (Regresamos todos juntos) Ruta Neutralizada 8,5 Km
INSCRIPCIONES	Hasta completar plazas del autobus
DIFICULTAD	MEDIA
ALTURA MÍNIMA	825m.
ALTURA MÁXIMA	1.502m.
COORDINADORES	Jose Celaya - Pedro Campayo
Inicio de la Prueba	En Bogarra a las 9:30



DESCRIPCIÓN DE LA RUTA

Objetivo: Calibrar nuestras fuerzas después de los excesos de las Navidades. Esta prueba nos servirá para tener un punto de partida de nuestro estado físico para el 2023; además de pasar el día en la montaña, disfrutando de las maravillosas vistas de la Sierra de Albacete en un entorno emblemático de la localidad de Bogarra

Desde el Bar Daniel pondremos rumbo hacia el pueblo de Bogarra (altitud: 820 m) Latitud: 38° 34' 55" N - Longitud: 2° 12' 47" O, distancia 75 Km. La duración del viaje será, aproximadamente, 1 hora y 15 minutos.

Bogarra en 2018 contaba con 873 habitantes, según datos del INE., densidad 5,47 Hab/Km², y una superficie de 166 Km², Comprende las pedanías de El Altico, Cañadas de Haches de Arriba, Cañadas de Haches de Abajo, Las Mohedas, Las Casas de Haches, La Dehesa del Val, Potiche y Yeguarizas..

Iniciamos la ruta en la Plaza del Cabezuelo, donde está la copia de la Esfinge de Haches y la casa del pintor Quijano, descendiendo por sus bonitas y empinadas callejas, en las que aparecen numerosas imágenes de la Virgen y diferentes Santos en los lugares con fuentes. Callejuelas que nos hacen dar el salto a otras épocas pasadas, pronto abandonamos el pueblo cruzando el puente del río Bogarra; Aquí comienza la prueba CONTRARRELOJ.

9:30 **1ª Salida Senderista en Grupo** (seguir las indicaciones, cintas y balizas, además de disponer del track enviado unos días antes de la prueba)

9:45 **Salida de participantes por categorías** con una diferencia de 3 a 5 Minutos dependiendo de los inscritos. Hay que seguir las indicaciones, cintas y balizas, además de disponer del track enviado unos días antes de la prueba.



A la llegada del Grupo de Senderismo a la Cima se preparará la entrega de premios a los participantes en las diferentes categorías de la Contrarreloj. Si no lo permitiera la climatología, se entregarán los premios en el restaurante de Bogarra antes de comer. Se recomienda a los participantes de la Contrarreloj que lleven una mochila pequeña con algo de ropa para cambiarse y abrigarse en la cima. Cada participante debe llevar su equipo mínimo de agua, barritas, almuerzo, ropa de abrigo, etc....

Una vez que lleguemos a la cima del Padrastro, esperamos al resto del grupo, así como a los participantes de la prueba. Se comenzará el descenso cuando nos hayamos reunido todos. Volveremos otra ruta diferente a la ascensión; utilizaremos varios senderos, arroyos..., siguiendo las indicaciones de los monitores de la ruta, este tramo ya no estará señalado

CATEGORIAS

INDIVIDUAL FEMENINO	Menores de 50 años
INDIVIDUAL FEMENINO	Veteranas mayores de 50 años
INDIVIDUAL MASCULINO	Menores de 50 años
INDIVIDUAL MASCULINO	Veteranos mayores de 50 años
PAREJA FEMENINA	Menores de 50 años
PAREJA FEMENINA	Veteranos mayores de 50 años
PAREJA MASCULINA	Menores de 50 años
PAREJA MASCULINA	Veteranos mayores de 50 años
PAREJA MIXTA	Menores de 50 años
PAREJA MIXTA	Veteranos mayores de 50 años
RUTA SENDERISTA	

Distinción para los 3 primeros de cada categoría

Una vez finalizadas las rutas, nos juntaremos en el Bar de Bogarra, donde podremos tomar unas cañas y comer (cada uno pide y paga lo que quiera).



INSCRIPCIONES Y CUOTA

Regreso: Bogarra-Albacete aproximadamente a las 17:30

Hasta que se completen las plazas. Hay que rellenar el formulario de inscripción ubicado en la página Web del CEA www.centroexcursionistaab.es. MUY IMPORTANTE: HAY QUE INDICAR CATEGORIA PARA PARTICIPAR EN LA CONTRARELOJ. Lo encontrareis en la **pestaña actividades**. Se os contestará por e-mail la adjudicación de la plaza, indicándose el importe y la forma de realizar el ingreso en la cuenta del CEA.

Nunca se debe realizar el ingreso antes de haber hecho la inscripción y recibido la conformidad.

CUOTA	SOCIO DE NÚMERO C.E.A	SOCIO PARTICIPANTE
CON LICENCIA	15 €	18 €
SIN LICENCIA	15 €	20 €

- La cuota incluye desplazamiento en autobús, seguro accidentes y coordinadores de ruta.
- En caso de renuncia únicamente se devolverá el 75 % de lo ingresado si se comunica con 7 o más días de antelación, y 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 descontaran los gastos generados previamente como la tramitación del seguro, comisiones bancarias, etc.

OBSERVACIONES IMPORTANTES

- En la página web del C.E.A. figuran las **“Condiciones Generales de Participación”**. La inscripción a cualquiera de las actividades organizadas por esta Asociación implica que se conocen, asumen y aceptan las mismas.
- Para participaren las actividades organizadas por el Centro Excursionista de Albacete es obligatorio disponer de **seguro de accidentes**. A los participantes que no tengan Licencia Federativa se les tramitará un seguro individual para ese día con la compañía aseguradora. Las prestaciones, condiciones y coberturas se encuentran expuestas en dicha página web.

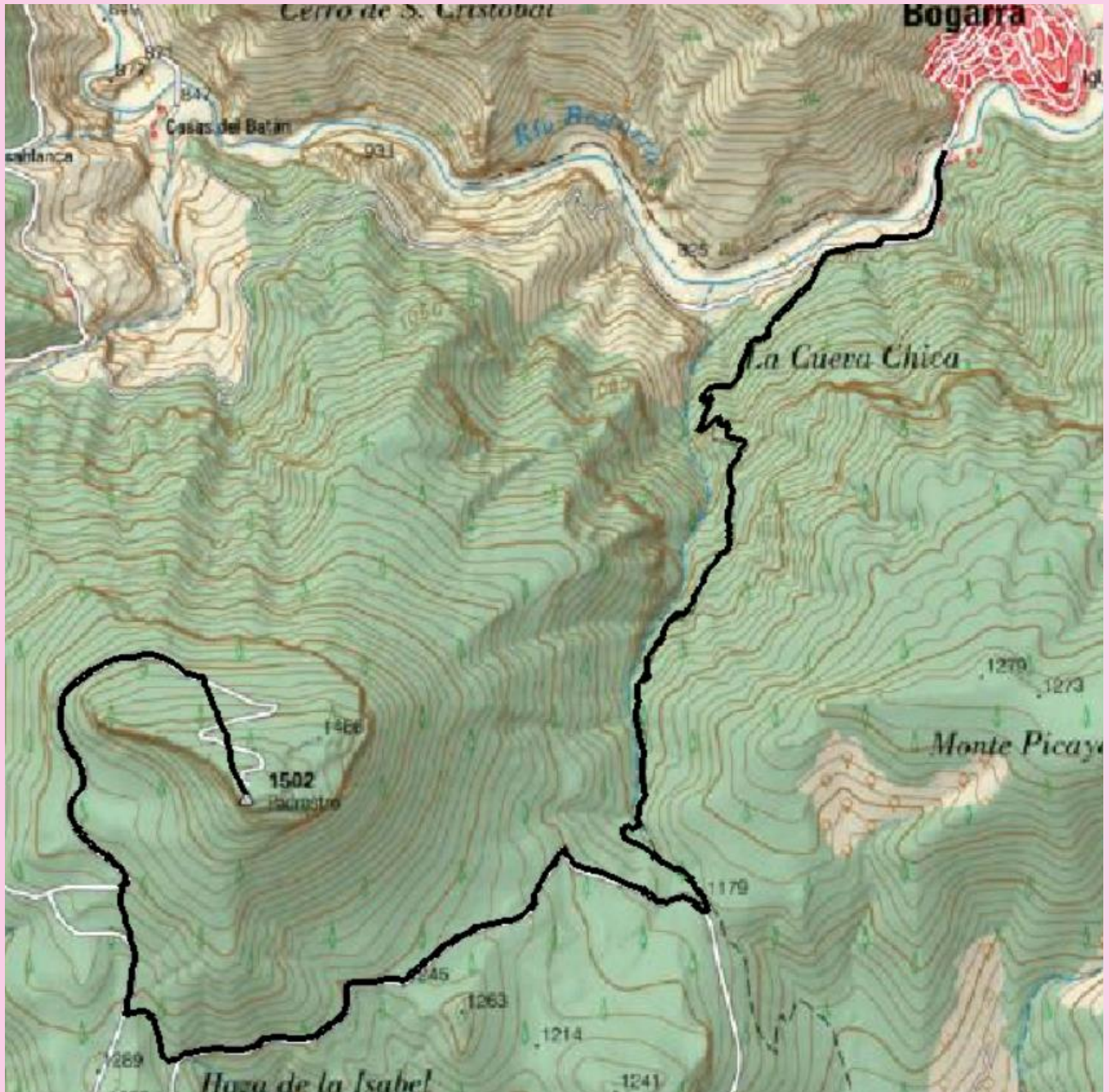
RECOMENDACIONES

- Informarse de las previsiones del tiempo **para llevar el equipo que resulte más adecuado**. Mochila pequeña, bastones, bebida suficiente, ALMUERZO, La comida la realizaremos en el BAR DE BOGARRA.
- Llevar en una bolsa aparte unas zapatillas y una camiseta o chándal secos para cambiarse después de la ruta. Estaremos más cómodos y no mancharemos.

TOPOGRÁFICO MAPA

Contrarreloj y Marcha Senderista 5,6 Km

Desnivel acumulado 682 m Altura Máxima 1502



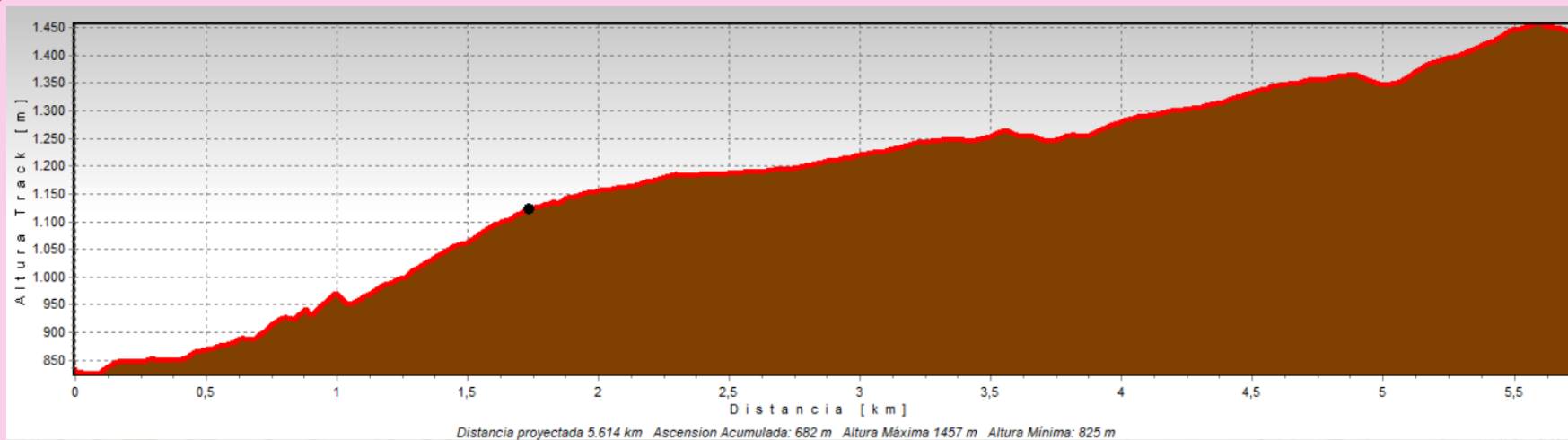


Regreso Neutralizado (en grupo) Padrastro-Bogarra





PERFIL



Contrarreloj-Marcha Senderista

Regreso (Marcha Neutralizada)

