



Información de Excursión

Destino (provincia)

Del XX al XX de Mes de 2024

ORGANIZAN: xxx

MEDIO TRANSPORTE: Salimos en coches particulares compartiendo coches y gastos de gasolina.

DIFICULTAD: Baja/Media/Alta **Nº PLAZAS:** XX + XX(organización)

PAGO RESERVA:

La reserva será de YYY euros.

Sólo se devolverá la reserva después de la excursión en el caso de que no cause ningún perjuicio para la organización de la excursión y queda a criterio de quien organiza.

APUNTARSE Y RESERVA:

Puedes apuntarte a la excursión desde las 20:00 del lunes DIA de MES hasta las 20:00 del sábado XX. Las inscripciones por formulario deben ser individuales ya que solo puede apuntarse una persona con un correo electrónico.

Tendrán prioridad las personas socias o quien haya organizado excursiones el semestre anterior en Senderismo de COGAM que se apunten el lunes de 20:00 a 21:00.

Después de las 21:00 del lunes hasta que se cierra el formulario, todas las personas apuntadas tendrán la misma prioridad.

A partir de las 20:00 del lunes la organización de la excursión irá escribiendo por WhatsApp para que le envíen la reserva por Bizum. Si no recibe la reserva en 24 horas, se pasa a la siguiente persona apuntada.

Para el envío de la reserva, primero se irá contactando a las personas socias y/o que hayan sido organizadoras apuntadas de 20:00 a 21:00, después se seguirá contactado con el resto de personas apuntadas

La organización te confirmará por WhatsApp la plaza en menos de 24 horas después de recibir la reserva.

(aquí pondremos el enlace al formulario antes del martes)

REPARTO DE COCHES: Se realizará en fechas aproximadas a la excursión.



KILÓMETROS DE COCHE Y COSTE: El coste por kilómetro es 0,25 euros. El coste total del viaje se repartirá entre los que asistan a la excursión. La organización tiene la posibilidad de realizar excepciones si el coche ofrece menos de cuatro plazas como por ejemplo por llevar animales, punto de origen distinto o porque así lo prefiera quien lleva el coche.

DESCRIPCIÓN DE LAS EXCURSIONES:

- **Sábado día XX:** NOMBRE DE LA EXCURSIÓN

Km: xx **Desnivel:** xxxxx subida xxxx bajada **Recorrido:** ida y vuelta, lineal o circular

Dificultad: Baja/Media/Alta

Itinerario: Descripción detallada de la excursión del sábado

Alternativas (si las hubiese):

Riesgos / Posibles dificultades: (si las hubiese)

- **Domingo día XX:** NOMBRE DE LA EXCURSIÓN

Km: xx **Desnivel:** xxxxx subida xxxx bajada **Recorrido:** ida y vuelta, lineal o circular

Dificultad:Baja/Media/Alta

Itinerario: Descripción detallada de la excursión del domingo

Alternativas (si las hubiese):

Riesgos / Posibles dificultades: (si las hubiese)

PREVISION METEREOLÓGICA:

Consulta la previsión meteorológica de la zona a visitar unos días antes. Aun así ten en cuenta que las condiciones meteorológicas en la montaña son muy cambiantes y tienes que ir preparado para cualquier inclemencia.

Predicción tiempo:

<http://www.aemet.es/xxxxx> (Poner el enlace correcto al lugar de la excursión)

MATERIAL MONTAÑA:



(Como organizadorx deja el que ves obligatorio/recomendable para tu excursión.)

Verano: Gorra, gafas de sol, crema solar, camiseta primera capa, forro polar fino o camiseta manga larga, chubasquero, calzado montaña, protector labial, guantes finos, pantalón de secado rápido, bastones, frontal.

Invierno: Gorro, camiseta térmica, forro polar, chaqueta, chubasquero, guantes de invierno, pantalón de secado rápido, botas impermeables (goretex o similar), bastones, protector labial, gafas de sol, chaleco si puede hacer mucho, protector solar, braga o bufanda, frontal.

ALOJAMIENTO:

Descripción del alojamiento, dirección, teléfono,....

El coste total estimado es de XXX

Seguro:

Tenemos un seguro de accidentes que cubre a las personas participantes, si son socias de Cogam deben pagar una cuota de 2 euros, si no son socias deben pagar una cuota de 5 euros.

Recomendaciones y normativa de Senderismo que debes conocer:

El grupo de senderismo de COGAM es un punto de acogida y encuentro para las personas LGTBI+. Es un grupo de integración y donde compartir buenos momentos. Si bien cada participante debe leer bien la información de la excursión y apuntarse solo a aquellas que estén de acuerdo a su forma física y tenga el material necesario, el grupo se deberá adaptar al ritmo de la persona más lenta.

Mantente en todo momento junto al grupo y sigue atentamente las instrucciones de quien organiza. No pierdas el contacto con quien va detrás de ti, así le podrás indicar un cambio de camino o saber si le pasa algo. A no ser que lo indique la organización, no andes delante de quien organiza, para que pueda informarte que hacer.

Las recomendaciones y normativa completa la tienes en:

<http://www.cogam.es/senderismo/consejos-y-normas/>

OBSERVACIONES:

Comeremos en el campo sábado y domingo, llevad agua (mínimo un litro) y comida para cada día.

CON BOTAS



Y A LO LOCO

Grupo de Senderismo de COGAM



Si tienes alguna dificultad, alergia a insectos o alimentos, eres vegetariana/o o cualquier cosa importante sobre ti que pueda afectar al desarrollo de la actividad, debes informar con antelación a la organización.

Para que COGAM pueda seguir defendiendo los derechos de las personas LGTB, los participantes que lo deseen pueden colaborar con un donativo.