



Ruta Senderista en Las Lagunas de Ruidera

Día 1 de Diciembre del 2016

Recorrido a pie: 7,2 kilómetros

Hora de llegada y regreso: 10:00 u 17:00 aproximadamente

REQUISITOS:

- Ser socio/a del Centro de Mayores de La Solana
- Tener condición física media y no padecer enfermedad o lesión que le impida participar en la actividad.
- Disponer de equipamiento adecuado para senderismo (calzado y vestimenta adecuada, chaqueta impermeable transpirable, mochila cómoda, etc.)

CONDICIONES:

- Contaremos con un coordinador y 3-4 monitores/as.
- La organización se encargará de los gastos de transporte y dará un picnic a los participantes (bocadillo o sándwich, fruta, agua y zumo), así como el agua para realizar la actividad.
- Se proporcionará un bastón de seguridad, el cual, una vez terminada la actividad serán devueltos a la organización.

INSCRIPCIONES:

Número máximo de participantes serán 25 personas, y se dará plaza por riguroso orden de inscripción. Se empieza a inscribir el 7 de Noviembre y finalizara cuando se haya completado el número de personas mayores que se precisa para la actividad. Cualquiera persona que se inscriba con posterioridad se mantendrá en lista de espera. Puedes inscribirte en el despacho de la Trabajadora Social de Lunes a Miércoles en horario de mañanas.

La Solana, 2 de Noviembre del 2016

Puede visualizar esta información en www.centromayoreslasolana.com