



# **Ruta Senderista en LUCIANA**

## **Día 24 de octubre del 2017**

**Recorrido a pie:** 8,1 kilómetros

**Hora de llegada:** 10:00 aproximadamente

**Hora de regreso:** 18:00 aproximadamente.

### **REQUISITOS:**

- Ser socio/a del Centro de Mayores de La Solana
- Tener condición física media
- 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 26 personas, y las plazas se asignarán mediante sorteo, extrayendo el número de asiento el interesado/a en el momento de la que se inscriba.

La inscripción se realizará el 16 de octubre en el despacho de la Trabajadora Social en horario de 10 a 2 .

La Solana, 6 de octubre del 2017

**Puede visualizar esta información en [www.centromayoreslasolana.com](http://www.centromayoreslasolana.com)**