



**¡Travesía de fin de semana con esquís de montaña!
¡¡Para socios y amigos!!**

ESQUÍ DE MONTAÑA **EN SIERRA NEVADA (NIVEL II)**

Inolvidable travesía desde el Albergue Universitario hasta la base del Caballo (3011) pasando por algunos tres miles occidentales de Sierra Nevada: Elorrieta (3200) Tajo de los Machos (3088) Cerrillo Redondo (3058) El Caballo (3011).

26-27-28 de abril de 2013

En Sierra Nevada el dominio esquiable es mucho más extenso de lo que los remontes mecánicos de la estación de esquí nos ofrece. El esquí de travesía nos permite disfrutar de la montaña y de sus cumbres en su estado más salvaje. Desde diciembre a mayo puede practicarse esquí de montaña en el Parque Nacional de Sierra Nevada. La primavera ofrece unas mejores condiciones climáticas y mayor homogeneidad de la calidad de la nieve, siendo la idónea para la travesía de varios días



Descripción de la Actividad

Viernes 26. Encuentro con los participantes y programa de actividades,
Alojamiento y cena en Albergue Universitario.

Sábado 27. Itinerario:

- Marcha y progresión con pieles de foca con diferentes grados de dificultad.
- Recorrido: Albergue Universitario (2.500) – Posiciones del Veleta (3000) – Eloorrieta (3.200) – Valle de Lanjarón – Tajo de los Machos (3088) – Refugio El puntal
- Alojamiento y cena en Refugio El Puntal (2.200 m.a.)

Domingo 28. Itinerario:

- Ascensión a cumbre y descenso por pendientes fuertes de nieve virgen.
- Recorrido: Refugio el Puntal – Cerrillo redondo (3058)– Valle de Lanjarón – Caballo (3011) – Descenso a la Rinconada de Niguelas o Cortijo Echeverría (2000).
- Recogida en 4x4 y descenso a Niguelas y Granada
- Fin de actividad

Servicios Incluidos

- Monitor – guía de montaña para la actividad.
- Material específico (esquí, pieles, cuchillas, piolets, botas y bastones.).
- Alojamiento ½ pensión en Albergue y Refugio (2 días).
- Seguro de R.C. y de Asistencia.
- Recogida en Vehículo todo terreno en la vertiente sur de Sierra Nevada y traslado a Granada

Precio socios ASM: 218 €/pers. IVA incluido

Precio NO Socios ASM: 218+15 €/pers.



**Actividad realizada con los
guías de**

**NEVADENSIS S,L
GUIAS DE MONTAÑA Y TURISMO
ACTIVO
Plaza de la Libertad s/n
18411 Pampaneira Granada**

Tel: 958 763127. Fax: 958763301
E-mail: guias@nevadensis.com



Esta actividad requiere tener un nivel medio de esquí. Como sabéis, el club ya ha realizado varios cursos de iniciación y perfeccionamiento. Es hora de poner en práctica lo aprendido. ¿Te atreves a salir de la pista?

Necesitaras:

- Mochila de Travesía.
- Saco para dormir en refugio de alta montaña.
- Algo para comer durante la excursión del sábado.



Vamos con los mejores monitores. Nos enseñaran la técnica de progresión y completarán nuestra formación montañera con esta modalidad de esquí tan exigente y divertida

Pernoctaremos en el Puntal, refugio mítico de alta montaña a 2200 m

Inscripción:

No esperes mucho tiempo, las plazas están limitadas a la capacidad del refugio. (Max 10 personas). Envía un email a nuestra compañera Carmen reservas@asmregiondemurcia.org que te inscribirá en la lista que se abrirá al efecto y después, deberás realizar el ingreso de la cantidad correspondiente en la cuenta de la Agrupación de Senderistas y Montañeros de la Región de Murcia en BANESTO:

0030 3014 87 0001291271

Para solicitar más información sobre la travesía puedes mandar un correo a Amadeo J. González (xavigonza@gmail.com)

Los invitados no socios del ASM ingresan un suplemento de 15 € -

El viaje hasta el Albergue Universitario se realizará en nuestros coches. Los inscritos irán acoplándose en las plazas disponibles



¡¡ Animaos y disfrutad con nosotros de la nieve fuera de pista!!

Para la organización del viaje hasta el albergue, entre los inscritos se abrirá una lista de correo:

***Un día de sendero,
una semana de salud***

La Agrupación de Senderistas y Montañeros programa **paseos senderistas** (muy fáciles, incluso para niños o personas de edad avanzada), **excursiones senderistas** y **montañeras** (para personas con algo de experiencia y forma física) y de **alta montaña** (para montañeros con experiencia y buena forma física) todas las semanas. También hacemos **escalada** y **carreras por montaña**, entre otras actividades por la naturaleza. Salvo las excursiones de escalada y montaña (reservadas a federados), las demás están abiertas a cualquier persona que ame la naturaleza, la montaña y el senderismo, previa invitación si no es socio.

Cada año nuestro programa de excursiones tiene un lema, un eje central bajo el que se desarrollan. Anteriores programa han tenido como lemas: *El Agua, El Bosque Mediterráneo, Senderos con Historia* y

Encanto, El Río Segura, Las Cuatro Estaciones, Senderos Mágicos-Montañas Sagradas, Árboles y Arboledas singulares o Afluentes y Embalses de la Cuenca del Segura, Monumentos Naturales o Lo Mejor de lo Mejor, que hemos realizado durante 2011, coincidiendo con nuestro décimo aniversario.

Para 2012 nuestro lema fue: **FORTALEZAS Y SANTUARIOS**. Recorridos cargados de magia y leyenda por los santuarios naturales y religiosos que ofrece nuestro entorno excursionista, por las fortalezas humanas o naturales que se levantan en los caminos del valle o la montaña.

Para 2013 nuestro lema es: **EL AGUA EN LA NATURALEZA**. Recorridos por la naturaleza que tienen como eje el vital elemento en todas sus formas (agua, nieve, vapor, hielo) y sus actuaciones en la naturaleza (ríos, mares, barrancos, bosques), como elemento delimitador y fijador del paisaje, así como los usos y aprovechamientos humanos (regadíos, fuentes, molinos, etc.).

Y para 2014 nuestro lema será: **Nuestros Bosques**.



Si quieres conocer nuestros programas, asociarte o una invitación para participar en alguna de nuestras excursiones envía dirección de correo electrónico y teléfono de contacto a:

asmregiondemurcia@asmregiondemurcia.org

o visita nuestra página web:

<http://www.asmregiondemurcia.es>

