



**CLUB ABULENSE
DE MONTAÑA
ALMANZOR**

Club Almanzor

**Avda. Portugal 29 Bajo D
05001 Ávila**

**Apartado Correos 309
Tfno: 605 90 60 11**

**Boletín Informativo nº3
Mayo-Julio 2015**



ACTIVIDADES GRUPO ALMANZOR

MAYO

Día 10: XXXI Travesía Carlos V.

Día 17: Alto de los Leones – La Peñota – Cercedilla. (Con infantil)

Día 23: Mountain Bike Valle Amblés.

Día 23: Jornada Astronómica.

Día 31: XIX Infantil Profesor Trujillano.

JUNIO

Día 07: V Carrera Pico Zapatero.

Día 14: XLIII Travesía Pico Zapatero (Fed.)

Día 19 - 21: Cuevas y barrancos (Fed.)

Día 28: Las Lagunillas. (Con infantil)

JULIO

Día 4: Jornada de escalada en roca (Fed.)

Día 5: XL Ramón Asiaín (Federados).

XXXI TRAVESÍA EMPERADOR CARLOS V

A celebrar el 10 de mayo, con salida de los autocares a las 06.30h. del Centro de Recepción de Visitantes. Realizaremos el recorrido ya conocido partiendo desde la localidad de Tornavacas hasta el primer control situado en La Losa; en suave descenso, llegaremos al Puente Nuevo para comenzar a subir y alcanzar el control de La Encinilla y el Prado de las Yeguas. A partir de ahí, en la vertiente de La Vera, iniciamos un largo descenso que nos conduce al control de Los Pilones. Finalizaremos en el Camping Jaranda, en Jarandilla de la Vera donde esperamos conseguir unas cerezas.

Precio de autobús: Socios menores de 18: 4€; socios 8€; simpatizantes 15€.

Precio bastón conmemorativo: 1€

Plazo de Inscripción: hasta jueves anterior a su celebración.

Salida: de Tornavacas a las 9:00 horas.

Dificultad: Media - alta.

Desnivel: +900 m. – 1150 m. (26 Km.)

Duración: de 5 a 6 horas.

ALTO DE LOS LEONES – LA PEÑOTA – CERCEDILLA (CON INFANTIL)

El día 17 de mayo, con salida a las 08:30 del Centro de Recepción de Visitantes, realizaremos una marcha por Guadarrama. Comenzaremos desde el Alto de los Leones por un sendero que nos llevará al Alto de la Peñota. Una vez allí, pasaremos por el Alto del Risco del Águila, bajando hacia el Collado de Marichiva para terminar en el Área Recreativa de las Dehesas, cerca de Cercedilla.

Precio de autobús: Socios menores de 18: 4€; socios 8€; simpatizantes 15€.

Plazo de Inscripción: hasta jueves anterior a su celebración.

Dificultad: Media.

Desnivel: +820 m. -1020 m. (14 Km.)

Duración: de 4 a 5 horas.

Infantil: El mismo día se organizará una actividad infantil-juvenil por la zona, de menor dificultad.

MOUNTAIN BIKE – VALLE AMBLÉS

En colaboración con *Tubular-Bikes* se va a celebrar el sábado 23 a las 10:00 h., con salida en la gasolinera de la plaza de Toros. Animamos a que se sumen todos los aficionados de este deporte. Recorreremos los pueblos del Valle Amblés, colocando carteles de la carrera de montaña.

Los interesados podrán pasarse por la sede para obtener más información, hasta el jueves previo a la actividad.

JORNADA DE DIVULGACIÓN ASTRONÓMICA

La noche del sábado 23, nos acompañaran a una jornada de observación los compañeros Gerardo y José, de GOAA (Grupo de Observación Astronómica de Ávila). A las 22.15 h quedamos en Bernuy-

Salinero para comenzar la charla sobre constelaciones y orientación nocturna a las 23:00 h. A continuación, iniciaremos una sesión de observación astronómica y de objetos celestes, sistemas solares, Venus, la Luna, Júpiter y estrellas dobles como Mizar, Alcor y Kuma.

Es muy importante llevar ropa de abrigo y linternas con luz roja (evitar luces blancas). El horario aproximado de conclusión de la actividad es las 00:30.

XIX INFANTIL PROFESOR TRUJILLANO

Tendrá lugar el 31 de mayo, con salida en vehículos propios del Centro de Recepción de Visitantes a las 9:00 horas.

A las 10:00 comenzaremos la actividad en el pinar de Hoyocasero, dividiendo a los pequeños en grupos según las edades para explicar la flora y fauna del paraje donde nos encontramos. Se recuerda que **es necesario inscribirse** hasta el jueves anterior en la sede para realizar la actividad, para poder preparar los materiales necesarios para dibujos y juegos con antelación.

Dificultad: Muy fácil.

Duración: 3 horas con paradas para observar la naturaleza.

Queremos agradecer a la familia y allegados de los *Truji* la dedicación a esta actividad.

El jueves 4 de junio a las 20:00 horas en la sede, se hará una exposición con los dibujos realizados ese día y se entregarán fotos del día a los niños, mientras meriendan.

V CARRERA PICO ZAPATERO

Ya se encuentra abierto el plazo de inscripción para la V Carrera Pico Zapatero, que se celebrará el domingo 7 de junio en

Sotalbo. Los interesados en participar deben inscribirse a través de www.youevent.es.

Como todos los años son necesarios voluntarios que se encarguen de los controles, cruces y avituallamientos. Si quieres colaborar pásate por la sede del Grupo para comunicarlo.

Características de la carrera:

Precio: 15€ para federados en montaña o atletismo. (Suplemento de 4€ de seguro para no federados)

Dificultad: Alta.

Desnivel: + 1063. – 1163 m. (22 Km.)

Duración: 5 horas máximo.

Más información en la sede del grupo y en www.grupoalmanzor.es



C/JUAN JOSÉ MARTÍN 3 Y 4. ÁVILA

TELÉFONO: 920221892.

DISTRIBUIDOR OFICIAL

GARMIN

- GPS DE MANO.
- RELOJES GPS Y PULSÓMETRO.
- CARTOGRAFÍA TOPOGRÁFICA DE ESPAÑA PARA GPS, ESCALA 1:25.000.
- NAVEGADORES DE COCHE Y MOTO.
- WALKIE TALKIES MOTOROLA (SIN LICENCIA).



NUEVOS MODELOS GARMIN

- ETREX H
- VENTURE HC
- SUMMIT HC
- LEGEND HCX
- VISTA HCX

CONSULTE PROMOCIONES EN TIENDA.

XLIII TRAVESÍA PICO ZAPATERO

Tendrá lugar el 14 de junio con salida del autobús a las 8:00 horas del CRV de San Vicente. Un año más seguiremos el itinerario original, comenzando en Menga a las 9:00 y finalizando en San Juan del Molinillo, pasando por los controles de Majalaespino, La Joya, Zapatero y Peña Cabrera, donde descenderemos la Canal de Saturnino.

Precios de autobús e inscripciones: en la forma habitual.

Obligatorio estar federado.

Dificultad: Media – alta.

Desnivel: + 1124 m. – 1542 m. (22,8 Km)

Duración: de 7 a 8 horas.

Se necesitan voluntarios para subir la limonada al Pico Zapatero y para realizar los controles. Los interesados deben comunicarlo en la sede del Grupo.

INICIACIÓN A CUEVAS Y BARRANCOS

Por segundo año se va a organizar la actividad de iniciación a cuevas y barrancos. Los interesados se desplazarán hasta la misma zona que el año anterior (Asturias) entre los días 19 y 21 de junio, y realizarán diferentes actividades relacionadas con este deporte.

Para más información e inscripciones acudir a la sede del Grupo. **Se recuerda que sólo pueden participar personas que estén federadas, con licencia a partir de la B.**

LAS LAGUNILLAS

El día 28 de junio, con salida a las 8:30 del CRV de San Vicente realizaremos una actividad en Las Lagunillas.

Comenzaremos en Navalperal de Tormes por el sendero de Cinco Lagunas y nos desviaremos para coger la pista que lleva hasta Las Lagunillas. Desde ahí,

descendemos hasta el Chozo de la Barranca y enlazamos con la senda que desciende de Cinco Lagunas para volver a Navalperal por el camino tradicional.

Precios de autobús e inscripciones: en la forma habitual.

Dificultad: Media.

Desnivel: ± 817 m. (18 Km.)

Duración: de 6 a 7 horas.

Infantil: La actividad infantil se desarrollará por el mismo recorrido, pero finalizará en el Chozo de la Majadilla, que se encuentra emplazado antes de Las Lagunillas.

Dificultad: Fácil.

Duración: de 4 a 5 horas.

Distancia: 10 Km.

JORNADA DE ESCALADA EN ROCA

El sábado 4 de julio, se celebrará una jornada de iniciación a la escalada en roca dirigida por José Luis González San Juan. Todos los interesados en participar deberán ponerse en contacto con él los jueves en la sede del Grupo, para conocer la preparación y materiales necesarios para la actividad, **dirigida a personas que estén federadas.**

Además se está planteando la posibilidad de organizar una jornada de cordelería, nudos y campismo, cuya fecha está aún por concretar, se pondrá más información en la página web.

XL TRAVESÍA RAMÓN ASIAÍN

Como es tradicional, el primer domingo de julio (día 5) se organizará la Travesía Ramón Asiaín. Los participantes comenzarán de noche en el Santuario de Chilla, para dirigirse por la Garganta de Chilla hasta el control del Cristo y ascender la Portilla Cobos. Desde allí, pasando por el

Cuchillar de las Navajas, se acercarán a la Portilla Bermeja que nos ofrece la oportunidad de ascender al Almanzor si las fuerzas los acompañan. Continuarán la marcha descendiendo por el Camino del Tío Domingo hasta el control del Sillao, donde se alcanza de nuevo la Garganta de Chilla y se vuelve al Santuario.

Salida: 6:00 horas (el control de llegada se cierra a las 18:30 horas).

Dificultad: Muy alta.

Desnivel: ± 2000 m. (20 Km.)

Duración: de 8 a 12 horas.

Obligatorio estar federado.

Se necesitan voluntarios para hacer los controles del recorrido. Los interesados pueden comunicarlo en la sede.

FIN DE SEMANA FAMILIAR

Previsto para el último fin de semana de septiembre en San Martín de Teverga (Asturias), este año el número máximo de

plazas será de 72. Los interesados en participar deberán apuntarse y abonar **25€ de fianza antes del 4 de junio** en la sede del Grupo.

Precios del año 2015:

- Socios menores de 18: 70€.
- Socios mayores: 80€
- Simpatizantes menores de 18: 80€.
- Simpatizantes mayores: 90€.

II DÍA DEL DEPORTE EN LA CALLE 2015

El Ayuntamiento de Ávila está organizando la II Edición *del Día del deporte en la calle*, que se celebrará el día 14 de junio coincidiendo con la Travesía del Zapatero.

Necesitamos saber si existe algún socio interesado en participar como voluntario, para encargarse de las actividades organizadas por el Grupo para el evento. Os agradeceríamos que lo comunicéis cuanto antes en la sede.

PARQUE DE BOMBIEROS
A VALLADOLID
A MADRID
COCA-COLA
MERCEDES
POLIGONO INDUSTRIAL FASE I
SILO
NISSAN
MANOLO
FERROCARRIL

CHAPA Y PINTURA
«MANOLO, S. L.»

- REPARACIÓN SIN CITA PREVIA
- MÁXIMA GARANTÍA EN LAS REPARACIONES
- CALIDAD Y RAPIDEZ A LOS MEJORES PRECIOS
- REPARAMOS SU VEHÍCULO EN LA FECHA DE ENTREGA ACORDADA
- DISPONEMOS DE COCHES DE SUSTITUCIÓN GRATIS SI NO CUMPLIMOS
- CONCERTADO CON TODAS LAS COMPAÑÍAS

Pol. Ind. «Las Hervencias» - Fase I
C/ Río Esla, 20 • 05004 ÁVILA
Tel. 920 25 66 55 - Fax 920 25 66 56