



**CHAPA
Y
PINTURA**

«MANOLO, S. L.»



Pol. Ind. «Las Hervencias» - Fase I
C/ Río Esla, 20 • 05004 ÁVILA

Tel 920 25 66 55 - Fax 920 25 66 56



PARQUE DE BOMBEROS
A VALLADOLID
A MADRID
COCA-COLA
MERCEDES
POLIGONO INDUSTRIAL
F. FASE
SELO
NISSAN
MANOLO
FERROCARRIL

- 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




CLUB ABULENSE DE MONTAÑA ALMANZOR

Avda. de Portugal 29 Bajo D
(05001) Ávila.
Apartado de correos 309
Tlf.: 605906011

Boletín informativo nº 4
Septiembre - Octubre 2015



ACTIVIDADES GRUPO ALMANZOR SEPTIEMBRE

Día 12: Jornada de técnicas al aire libre y escalada en roca.

Día 13: XXVII Travesía de Veteranos Francisco Morcillo.

Día 20: Encuentro y Marcha Provincial de Ávila organizada por el Grupo Casillas (**FEDERADOS**)

Días 25 al 27: Fin de semana familiar.

OCTUBRE

Día 4: La Cresta del Dragón (con infantil).

Día 25: Navarrevisca (con infantil).

JORNADA DE TÉCNICAS AL AIRE LIBRE ESCALADA EN ROCA

El 12 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. **Solo podrán participar aquellas personas que estén federadas.**

Además los participantes, recibirán nociones de técnicas al aire libre.

XXVII TRAVESÍA DE VETERANOS FRANCISCO MORCILLO

Para esta edición, tenemos preparada una marcha en la zona de Arenas de San Pedro, denominada "Senda de los Pescadores", que haremos el día 13 con salida del autobús a las 08.30 h. del Centro de Recepción de Visitantes y a las 10.00 h. del Puente Medieval de Arenas.

Se trata de una ruta circular, que comienza en el puente de Arenas y se dirige hacia Poyales del Hoyo y Candeleda. Tomaremos una pista estrecha hasta acercarnos a una zona de merenderos y bajar al puente de Los Llanos, junto a la ermita del mismo nombre.

Cruzaremos el puente y ascenderemos junto al río mediante un tramo de escaleras. Hemos de tener especial cuidado en alguno de estos tramos, porque el camino se estrecha y está un poco deteriorado.

Siguiendo nuestra ruta, llegaremos de nuevo a Arenas de San Pedro donde realizaremos la tradicional comida en el Restaurante Lobo Cojo, con un precio de 14€.

Primeros: Revolconas, migas del Lobo, espaguetis boloñesa, ensaladilla rusa o plato especial.

Segundos: Ternera asada, lomo de atún al all-oll, lagarto ibérico a los frutos rojos (similar a la presa) o pollo empanado de la abuela.

Incluye: Tarta de postre, agua, vino y café.

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

Plazo de inscripción: hasta jueves anterior a su celebración.

ENCUENTRO Y MARCHA PROVINCIAL DE ÁVILA (2014)

El día 20 está programada la celebración de la edición del 2014 de la Marcha Provincial, que el año pasado no pudo realizarse y cuya organización corresponde al Grupo Casillas.

Es necesario estar FEDERADO para participar en la actividad, y la Delegación Provincial va a invitar a todos los participantes a un aperitivo al final de la actividad. La marcha partirá de la Plaza de Casillas (a las 9:00 horas) para dirigirse a Puerto Casillas y al Pozo de la Nieve. Desde allí se iniciará el descenso hacia el área recreativa Las Barracas y se volverá a Casillas. (*Dificultad:* Media – Alta.. *Distancia:* 18 Km.)

El Grupo va a proporcionar un autobús para los interesados en participar, con precio habitual y salida a las 7:00 horas del Centro de Recepción de Visitantes.

FIN DE SEMANA FAMILIAR

Previsto del 25 al 27 en San Martín de

Teverga (Asturias); la salida del autobús será a las 16:15 del Centro de Recepción de Visitantes, con una duración estimada de viaje de 5 horas con parada.

Como en ediciones anteriores, se dará a los participantes un folleto explicativo donde se detallarán las actividades a realizar, pero podemos adelantar que la actividad para el sábado es un recorrido por el Hayedo de Monte Grande y la Cascada de Xilbu (de 11 Km para los pequeños y ampliada para los mayores) y el domingo recorreremos la Ruta de las Xanas, donde tenemos que tener especial cuidado, sobre todo con los niños, debido a la altura de sus barrancos. Después de comer unas ricas fabes en el albergue, regresaremos a Ávila.

NAVARREVISCA (CON INFANTIL)

El día 25 realizaremos una actividad que recorrerá la red de senderos de Navarrevisca, con salida a las 08:30 del CRV de Ávila.

La ruta de los mayores se desarrollará a través de Majarruecos, pasando por Trampalones y Collado Viejo para concluir en Asperón. Con una distancia de 16 Km y una duración aproximada de 5 a 6 horas y media.

Para los más pequeños se ha preparado una ruta más asequible de 9 Km (4 horas).

CRESTA DEL DRAGÓN (CON INFANTIL)

El día 04 nos desplazaremos a Riaza para conocer la Cresta del Dragón, un interesante recorrido de la Sierra de Ayllón.

Partiremos del Puerto de la Quesera hacia la Peña de la Silla y la Atalaya. Tenemos que advertir que, aunque la marcha no es difícil técnicamente, su dificultad aumenta considerablemente en caso de lluvia o nieve debido a que su trazado es sobre piedras que imitan las escamas de un dragón. Por eso, es

recomendable realizar la actividad con botas de montaña y bastones, evitando las zapatillas de trekking.

Dificultad: Media..

Distancia: 12 Km.

Duración: De 5 a 6 horas y media.

Salida: 07:30 horas del CRV de Ávila.

En el supuesto caso de que se suspendiera la actividad por las condiciones del sendero, todos haríamos el recorrido infantil; que hará los 11 Km entre el Puerto de la Quesera y la localidad de Riaza con una duración estimada de 4 horas.

FALLECIMIENTO DE JOSÉ MARÍA HERNÁNDEZ TORRUBIAS

Desde la Directiva del Grupo, queremos agradecer las muestras de cariño y afecto que estamos recibiendo por parte de socios, amigos y grupos de montaña, que nos encargamos de transmitir a la familia de nuestro compañero.



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

