

NOME DA ACTIVIDADE: INICIACIÓN Á ORIENTACIÓN

Darase unhas primeiras nocións para axudar a entendelo mapa.

DÍA: 17 Febreiro 2019 **HORA DA SAÍDA:** Saídas dende as 9.30h ata 12:30.

LUGAR: A Malata (na zona exterior do rocódromo)

ITINERARIO:

Tres percorridos: Curto (Infantil), Medio (Adultos), Longo (Entrenamento)

Curto 2 km uns 20 minutos (menores de 12 anos acompañados de adultos)

Medio 3,5 km uns 20/30 minutos

Longo 5 km uns 20/30 minutos



SEN LÍMITE DE PARTICIPANTES: IMPRESCINDIBLE INSCRIBIRSE NO CLUB ANTES DO 13 DE FEBREIRO

Email: secretariacmf@gmail.com **Teléfono** 981 355 869 **Horario de oficina** Abrimos os luns, mércores e venres, de 19.30 a 21.30 horas.

DIFICULTADE: Baixa ESFORZO: Baixo

Soci@s de balde, non soci@s 3€

Próximas actividades de orientación:

17 de marzo - 21 abril - 21 xullo - ...

En cada proba, os distintos escenarios e recorridos intentarán amosar as diferentes nocións para a orientación.

AVISO

Esta actividade desenvólvese como deporte da natureza, sendo conscientes dos riscos que implica facer unha actividade ó aire libre e en sitios agrestes.

Calquera que se inscriba o fai tendo en conta a súa propia seguridade e forma física.

Ao ser unha actividade de divertimento non ten seguro de accidente contratado.

A actividade é desenrolada en réxime de igualdade entre todos os participantes.

Calquera que se inscriba na actividade o fai tendo en conta a súa seguridade e cobertura.

