

4º Outono en marcha

SENDA DAS CAPELAS

A Laracha, 25 outubro
Distancia aproximada: 16 km
Dificultade ★★☆☆ media

Saídas:

Concello da Laracha > 8:30h
Concello de Coristanco > 8:00h
Local Senda Nova > 8:15h

VÍA ALCAIANUS

Coristanco, 15 novembro
Distancia aproximada: 19 km
Dificultade ★☆☆☆ media-baixa

Saídas:

Concello da Laracha > 8:00h
Concello de Coristanco > 8:00h
Local Senda Nova > 8:15h

RAZO-BALDAIO PARA PROTEXER

Carballo, 1 novembro
Distancia aproximada: 14 km
Dificultade ★☆☆☆ media-baixa

Saídas:

Concello da Laracha > 8:00h
Concello de Coristanco > 8:00h
Local Senda Nova > 8:15h

PEGADAS DO WOLFRAMIO

Carballo-Malpica de Bergantiños,
22 novembro
Distancia aproximada: 19km
Dificultade ★★☆☆ media

Saídas:

Concello da Laracha > 8:00h
Concello de Coristanco > 8:00h
Local Senda Nova > 8:15h

TERRAS DO MARQUÉS

Carballo, 8 novembro
Distancia aproximada: 14 km
Dificultade ★★☆☆ media

Saídas:

Concello da Laracha > 8:00h
Concello de Coristanco > 8:00h
Local Senda Nova > 8:15h

RUTA DAS FÉRVEDAS

Carballo, 29 novembro
Distancia aproximada: 15 km
Dificultade ★★☆☆ media

Saídas:

Concello da Laracha > 8:00h
Concello de Coristanco > 8:00h
Local Senda Nova > 8:15h



Asociación ambiental
Senda Nova
www.sendanova.org

MÁIS INFORMACIÓN

www.sendanova.org / sendanova@hotmail.com / facebook.com/sendanova / tf. 696 155 232



Os nosos obxectivos

Coñeceremos o patrimonio ambiental, cultural e paisaxístico, fomentando o deporte no medio natural e o espírito de aventura, especialmente entre os nosos mozos e mozas.

Información e Pre-Inscripcións

sendanova@hotmail.com
facebook > senda.nova
www.sendanova.org
tf. 696 155 232

Móllate con nós

Inscripcións

Data límite:

Ata 2 días antes de cada roteiro

Prezos:

Maiores de idade: 6 €
Menores idade: 3€
Socias (Maiores): 3€
Socias (Menores): 1€

Lugares de inscrición:

Carballo

Base de Protección Civil
Edif. Ambulatorio Vello, 2º
L-V de 9:30 a 13:30h

A Laracha

Dep. de Cultura e Deportes do Concello
Prz. do Concello s/n, 2º
L-V de 9:30 a 13:30h

Coristanco

Dep. de Cultura e Deportes do Concello
Rúa da Pataca s/n, 1º
L-V de 9:30 a 13:30h

Senda Nova

Rúa Venezuela, 12 - Carballo
Me-X-V de 16 a 19h

Farémolo

- **Pasando toda a xornada xuntos.** A hora de chegada dependerá do volume de participantes, características do roteiro, climatoloxía, interpretación do patrimonio...
- **Encargándonos do avituallamento.** Repartímoscho ao comenzo da andaina e comerémolo xuntos durante a ruta.
- **Encargándonos tamén do transporte,** dende os lugares de saída ata o comezo de andaina e de volta ao remate da actividade.
- **Facendo paradas para a interpretación** que queremos que una cada un dos percorridos.
- Por suposto, camiñando en grupo.

Lembra sempre

- Puntualidade.
- Sacarlle o máximo partido á andaina, coñecendo, escoitando, aportando e interpretando.
- Levar sempre aceso o espírito de convivencia. Sé comprensivo cos problemas dos demais participantes e da organización.
- Respetar as normas da organización e dos voluntarios e voluntarias de Protección Civil.
- Calzado axeitado (a poder ser con membrana impermeable), roupa axeitada, mochila, impermeable, navalla, gorra, protección solar, cámara de fotos... etc.
- Que para unha mellor interpretación dos percorridos e polo cuidado do entorno, nalgúns roteiros as prazas poden ser limitadas.
- Que as actividades poden sufrir modificacións.

Organiza



Asociación ambiental
Senda Nova
www.sendanova.org

Colaboran



Concello de Coristanco



Concello de Laracha



Deputación DA CORUÑA

4º Outono en marcha