



ANDAINA, CAMINO A FINISTERRE.

SABADO 14 DE ENERO

Etapas de Vilaserio a Olveiroa de aproximadamente 20km. Se caracteriza por la suavidad del recorrido.

Hay la posibilidad de un recorrido reducido de 12km saliendo desde Maroñas (punto de encuentro con el resto del grupo carretera general de Santa Comba - Muros km 68 aprox.) a las 10:30h, si algún caminante está interesado en esta opción debe informar en la recepción en el momento de la reserva.

La siguiente etapa, de Oliveira a Cee, está prevista para el sábado 28 de enero, la semana anterior se enviará la información detallada como suele ser habitual.

Programa

- 9'00 Salida en autobús desde la calle de la Rosa.
- 14'30 aproximadamente, llegada al Restaurante As Pias, Olveiroa.
- 14'30 Almuerzo.
- 16'30 aproximadamente, salida en autobús para regresar a Santiago, la parada será en la C/ de la Rosa.

Inscripciones en la recepción de las instalaciones de la Ciudad Deportiva enviando un correo a recepcion@aerosantiago.es o bien en el teléfono 981888276.

Precio de la inscripción: 16 euros.

Forma de pago: Socios, se cargará en el recibo mensual. Invitados, deberán abonarlo en conserjería de General Pardiñas antes del jueves 12 de enero.

- Solo se garantiza el servicio de autobús para un mínimo de 15 inscritos.
- Plazo límite de inscripción el jueves 12 de enero a las 18'00.

COMIDA

En el restaurante As Pias, (Olveiroa). Deben confirmar la reserva en la recepción en el momento de hacer la inscripción. Se abonará directamente en el restaurante.

MENU

Ensalada Tierra y Mar.

Filloas rellenas.

Tabla de carnes.

Combinado de flan.

Aguas, café y vino.

Precio por persona 20 euros.

RECOMENDACIONES.

- Disponer de buena información de previsión meteorológica para adecuar equipo.
- Equipo de ropa y calzado adecuados a la ruta. El calzado es muy importante, debe de estar "hecho al pié", que tenga una suela gruesa, que sujete el tobillo y sobre todo que sea IMPERMEABLE.
- Bastón de trekking, nos ayudará a reducir la fatiga y será muy importante para apartar la maleza.
- Comenzar la ruta bien alimentados sin olvidarnos de llevar bebidas y algo ligero y energético para tomar durante la marcha.
- Las gafas de sol, guantes y sombrero pueden ser muy importantes en función de la climatología.
- La mochila nos facilitará la andaina y será fundamental para reciclar residuos, debemos de ser muy respetuosos con el medio ambiente cuidando siempre la flora y fauna.
- En Galicia es muy recomendable disponer de un buen equipo de ROPA IMPERMEABLE.