

SENDERISMO VERTICAL – CRESTAS DEL GALIÑEIRO

Fechas: todo el año

Duración: 1/2 jornada

Lugar: Sierra del Galiñeiro 709m (Gondomar)

Nº participantes: 1 - 2 personas/guía



Socio nº 1101

DESCRIPCIÓN Y OBJETIVOS

Una vez reunidos con el guía en el sitio indicado realizaremos el recorrido que mejor se adapte a tus características, en función también de tu experiencia en escalada. Se trata de una actividad muy ligada al concepto de la escalada e ideal como primera toma de contacto, con un recorrido con alguna dificultad técnica a medio camino entre la “trepada” y la “escalada” propiamente dicha.

PRECIO

1 participante: 80€

2 participantes: 60€/persona

MATERIAL NECESARIO

Vestimenta acorde para la actividad física y adecuada a la estación del año (ropa térmica, impermeable, cortavientos, guantes, etc.), calzado de aproximación o zapatillas, protección solar (gafas de sol, crema solar, cacao para los labios, gorra o gorro), mochila (20-25 L aprox.), botella de agua de 1 litro y algo de comida tipo picnic.

Un cortavientos o forro ligero siempre es conveniente, incluso en verano.

INCLUYE

- Guía de Escalada en roca AEGM con amplia experiencia.
- Material y equipo de seguridad (individual y colectivo) necesario.
- Seguro de accidentes y responsabilidad civil.
- Reportaje fotográfico.
- **No incluye:** cualquier cosa no descrita en el apartado “incluye”.

Dificultad técnica: BAJA

Exigencia física: NORMAL



José Juan – Guía de Escalada

Guía de Escalada en Roca - Técnico Deportivo en Escalada

jibudinho@hotmail.com 626792035

Registro de Empresas y Actividades Turísticas de la C. Autónoma de Galicia:

TD- PO- 000715