



Sin Límites 2019  
Cimas R.M



Estimados compañeros/as;

Os presentamos la II etapa del Proyecto Sin Límites 2019, el próximo domingo 14 ABRIL realizaremos la cima de Carrascoy (1442 mt) para ello debéis de tener en cuenta:

1. **Salida: 8:00** am, puerta principal del polideportivo de **San Javier**, acceso a piscina climatizada, **se exige puntualidad**, se dará un margen de 5 minutos de espera.
2. La ruta consta de 14km, ruta circular. Ruta de unas 5-6 horas aproximadamente.
3. Con respecto a la indumentaria que deberán de traer: ropa deportiva de montaña (pantalón de trekking, forro polar, gorra, cortavientos), **OBLIGATORIO: botas o zapatillas y calcetines adecuados para andar en la montaña, se recomienda el uso de bastones para las subidas.**
4. Deberán traer una pequeña mochila para el agua , algo de almuerzo y picnic para la comida (Comeremos en ruta).
5. No se permiten llevar perros a la ruta, recordar que es un proyecto inclusivo cuyo objetivo primordial es acompañar en todo momento a los chicos y chicas de AIDEMAR (Desde el bus, hasta la cimas de la montaña)
6. Llevar siempre DNI , tarjeta sanitaria y licencia federativa.
7. Ante cualquier duda, pueden contactar con nosotros en :

[Proyectoinclusivosinlimites@gmail.com](mailto:Proyectoinclusivosinlimites@gmail.com)

