**Información de Excursión**

**Destino (provincia)**

**Del XX al XX de Mes de 2024**

**ORGANIZAN:** xxx

**MEDIO TRANSPORTE:** Salimos en coches particulares compartiendo coches y gastos de gasolina.

**DIFICULTAD:** Baja/Media/Alta **Nº MAX. PLAZAS:** xx

**PAGO RESERVA:**

La reserva será de YYY euros.

Sólo se devolverá la reserva después de la excursión en el caso de que no cause ningún perjuicio para la organización de la excursión y queda a criterio de las/los organizadoras/es.

**APUNTARSE Y RESERVA:**

Puedes apuntarte a la excusión desde las 20:00 del lunes DIA de MES hasta las 20:00 del sábado XX. Las inscripciones por formulario deben ser individuales ya que solo puede apuntarse una persona con un correo electrónico.

Tendrán prioridad lxs socixs o quien haya organizado excursiones el semestre anterior en Senderismo de COGAM que se apunten el lunes de 20:00 a 21:00.

A partir de las 20:00 del lunes el/la organizador/a irá escribiendo por WhatsApp para que le envíen la reserva por Bizum. Si no recibe la reserva en 24 horas, se pasa a la siguiente persona apuntada.

Primero se irá contactandoa socixs/organizadorxs apuntadxs de 20:00 a 21:00 para que envíen la reserva, si quedan plazas se contactará con el resto de apuntados.

El/la organizador/a irá te confirmará por WhatsApp la plaza en menos de 24 horas después de recibir la reserva.

*(aquí pondremos el enlace al formulario antes del martes)*

**REPARTO DE COCHES:** Se realizará en fechas aproximadas a la excursión.

**KILÓMETROS DE COCHE Y COSTE:** El coste por kilómetro es 0,24 euros. El coste total del viaje se repartirá entre los que asistan a la excursión. El/la organizador/a tiene la posibilidad de realizar excepciones si el coche ofrece menos de cuatro plazas como por ejemplo por llevar animales, punto de origen distinto o porque así lo prefiera el conductor/a.

**DESCRIPCIÓN DE LAS EXCURSIONES:**

**- Sábado día XX:** NOMBRE DE LA EXCURSIÓN

**Km:** xx **Desnivel:** xxxxx subida xxxx bajada **Recorrido:** ida y vuelta, lineal o circular

**Dificultad:** Baja/Media/Alta

**Itinerario:** Descripción detallada de la excursión del sábado

**Alternativas** (si las hubiese):

**Riesgos / Posibles dificultades:** (si las hubiese)

**- Domingo día XX:** NOMBRE DE LA EXCURSIÓN

**Km:** xx **Desnivel:** xxxxx subida xxxx bajada **Recorrido:** ida y vuelta, lineal o circular

**Dificultad:**Baja/Media/Alta

**Itinerario:** Descripción detallada de la excursión del domingo

**Alternativas** (si las hubiese):

**Riesgos / Posibles dificultades:** (si las hubiese)

**PREVISION METEREOLÓGICA:**

Consulta la previsión meteorológica de la zona a visitar unos días antes. Aun así ten en cuenta que las condiciones meteorológicas en la montaña son muy cambiantes y tienes que ir preparado para cualquier inclemencia.

Predicción tiempo:

<http://www.aemet.es/xxxxx> **(Poner el enlace correcto al lugar de la excursión)**

**MATERIAL MONTAÑA**:

**(Como organizadorx deja el que ves obligatorio/recomendable para tu excursión.)**

Verano: Gorra, gafas de sol, crema solar, camiseta primera capa, forro polar fino o camiseta manga larga, chubasquero, calzado montaña, protector labial, guantes finos, pantalón de secado rápido, bastones, frontal.

Invierno: Gorro, camiseta térmica, forro polar, chaqueta, chubasquero, guantes de invierno, pantalón de secado rápido, botas impermeables (goretex o similar), bastones, protector labial, gafas de sol, chaleco si puede hacer mucho, protector solar, braga o bufanda, frontal.

**ALOJAMIENTO:**

Descripción del alojamiento, dirección, teléfono,….

El coste total estimado es de XXX

**Seguro**:

Tenemos un seguro de accidentes que cubre a les participantes. Les participantes socies deben pagar una cuota de 2 euros, los no socios una cuota de 5 euros.

**Recomendaciones y normativa de Senderismo que debes conocer:**

El grupo de senderismo de COGAM es un punto de acogida y encuentro para las personas LGTB+. Es un grupo de integración y donde compartir buenos momentos. Si bien cada participante debe leer bien la información de la excursión y apuntarse solo a aquellas que estén de acuerdo a su forma física y tenga el material necesario, el grupo se deberá adaptar al ritmo del participante más lento.

Mantente en todo momento junto al grupo y sigue atentamente las instrucciones de les organizadores. No pierdas el contacto con quien va detrás de ti, así le podrás indicar un cambio de camino o saber si le pasa algo. A no ser que lo indique la organización, no andes delante del organizador/a para que pueda informarte qué hacer.

Las recomendaciones y normativa completa la tienes en:

<http://www.cogam.es/senderismo/consejos-y-normas/>

**OBSERVACIONES:**

Comeremos en el campo sábado y domingo, llevad agua (mínimo un litro) y comida para cada día.

Si tienes alguna dificultad, alergia a insectos o alimentos, eres vegetariano o cualquier cosa importante sobre ti que pueda afectar al desarrollo de la actividad, debes informar con antelación al organizador/a.

**Para que COGAM pueda seguir defendiendo los derechos de las personas LGTB, los participantes que lo deseen pueden colaborar con un donativo.**