Actividad de Llano Alto: Hoja informativa

- Fechas: del 26 al 30 de diciembre de 2011
- Lugar: Albergue Juvenil de Llano Alto de la Junta de Castilla y León en Béjar (Salamanca)
- Salida a las 7:30h el lunes desde la Feria de Muestras, llegada al albergue: 10:30 h.
  Llegada a Valladolid, Feria de Muestras: 21:00 h. del viernes.
- 48 Plazas
- Técnicos:
  - Francisco José Pérez Sánchez — Director Deportivo Nivel II
  - Antonio Maldonado — Director Deportivo Nivel I
  - Cristina de la Fuente Escobar — Monitora de Ocio y Tiempo Libre
  - Diego Fernández de Valderrama — Auxiliar
  - Inmaculada de la Fuente Escobar — Auxiliar
- Coste de la actividad: 60 € para alumnos de la Escuela Ciclista de Valladolid y La Cistérniga.
  70 € resto de participantes.
- Se recomienda llevar una fotocopia de la tarjeta sanitaria.
- Ropa recomendada:

Para el viaje

- Chándal, polo o camiseta
- Playeros

Equipaje

- Camisetas
- Calcetines
- Sudaderas
- Pantalón vaquero o pana
- Jersey, chaqueta o forro polar
- Chubasquero
- Guantes
- Pijama
- Cantimplora o bidón que cierre bien
- Mochila pequeña para excursiones
- Ropa interior
- Chándal
- **Botas o calzado de invierno (*)**
- Camisa o polo
- 2 Toallas
- 2 Bolsas de plástico para ropa usada
- Gorro, braga o pasamontañas
- Bolígrafo y papel para las teóricas
- Chánclas para ducharse.
- Parka o anorak
- Neceser con: gel, champú, esponja, cepillo y pasta de dientes...

(*) Es imprescindible utilizar botas impermeables que aislen bien de la humedad y el frío dado que algunas de las rutas a realizar transcurren por parajes sub-alpinos, con abundantes neveros y rocas que hacen necesaria una especial protección del tobillo. Es preferible que estén usadas y si son nuevas ponérselas unos días antes para darlas un poco de sí.

Teléfonos de contacto durante la actividad:

- Paco: 687856232
- Toño: 619780192
- Diego: 687027850

Inscrita en el Registro de Fundaciones Culturales y Docentes. Consejería de Educación y Cultura de la Junta de Castilla y León con el número 41. - C.I.F. G-47394655