

**27 DE MAYO DE 2023**

**GR 66 Sector A de Cuenca "Ruta de Hoces y Torcas"**

Vega del Codorno (barrio de La Cueva) - Tragacete

Distancia total: 19,0 km.

Dificultad: Media

Tipo: LINEAL

Punto de Encuentro en Cuenca (bus)

Parque de Los Moralejos (junto H. Torremangana)

Hora de salida: 7:00 h.

Punto de Encuentro en Vega del Codorno (vehículo propio)

Bar La Cueva (Barrio de La Cueva)

Hora de inicio de la Actividad: 08:30 h.

**Atención: No existirá posibilidad de acercamiento al inicio para quien se desplace en vehículo propio**

Hora aprox. llegada a Cuenca en bus: 16:45h

La Inscripción incluye: desplazamiento, seguro de accidentes y R.C., coche de apoyo y refrigerio en ruta.

NO incluye almuerzo, que se realizará en ruta y correrá por cuenta de los participantes.

## RESPONSABILIDADES DEL CAMINANTE



El tiempo en el campo es cambiante; puede amanecer un día magnífico y empeorar con las horas... Por ello has de preparar cuidadosamente la mochila



Ten en cuenta las siguientes observaciones:

- **Importante:** mochila pequeña con agua suficiente y/o bebida isotónica y comida pues la **Jornada** es larga! (bocatas, frutos secos, barritas energéticas, fruta, chocolate...).
- El sol engaña; no olvides usar crema solar y protección labial.
- Botas de montaña o calzado deportivo que se fije al terreno y proteja los tobillos.
- Como recomendación, los calcetines de algodón sin costuras para evitar ampollas.
- Ropa adecuada, cómoda, ligera (mejor transpirable), además de algo de abrigo y gorro/a.
- Conveniente pantalón largo para evitar picaduras y arañazos.
- Nunca está de más echar un paraguas plegable o un chubasquero!
- Y, por supuesto, la documentación, el móvil...
- Si necesitas parar durante la marcha avisa al guía o al compañero más cercano.
- Si te pierdes no deambules por el monte, aguarda en el camino; será más fácil localizarte.

La práctica del Senderismo, como deporte de Naturaleza, comporta de manera inherente una serie de riesgos por lo que recomendamos a los participantes estar preparados para la Actividad que se propone y observar las medidas de seguridad que se establezcan por parte del equipo técnico, que podrá limitar la participación de aquellos senderistas que no usen indumentaria adaptada y/o hagan caso omiso de las indicaciones de los Guías.

AYÚDANOS A PROTEGER EL ENTORNO



- No arrojes basura, utiliza las papeleras o guarda los restos en tu mochila.
- Cuidado con el fuego. Si fumas apaga bien las colillas.
- No arranques flores o plantas ni perjudiques el patrimonio etnográfico.
- No utilices los atajos, camina siempre por los caminos principales y cierra las porteras a tu paso.
- Si eliges venir con tu propio vehículo evita producir molestias y alterar el entorno.
- Si traes mascotas recuerda que no vais solos; si es preciso deberá ir sujeto con correa para no molestar ni correr tras el ganado o la fauna silvestre.