



**MENDIESKOLA
KIROLA**

BIZKAIKO MENDI FEDERAZIOA
mendieskolakirola@bmf-fvm.org
Tlf. 647619986

ESTANCIA ESPELEOLOGIA

Del 19 al 22 de junio





**MENDIESKOLA
KIROLA**

BIZKAIKO MENDI FEDERAZIOA
mendieskolakirola@bmf-fvm.org
Tlf. 647619986

PROGRAMA

1 DIA (Espeleología en Supelegor)

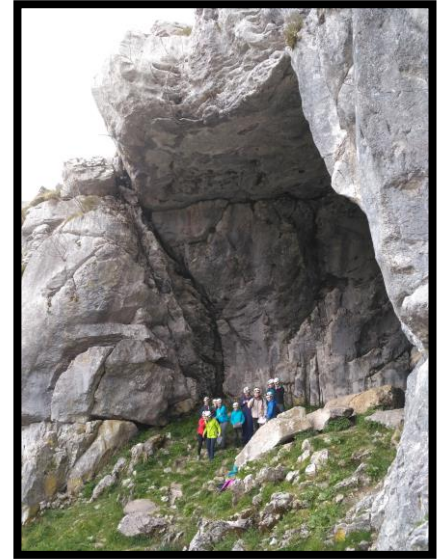
10.00: Salimos del parking Pagomakurre en dirección a la cueva de Supelegor.

13.00: Bocadillo antes de entrar en la cueva. (La comida hay que traer desde casa).

14.00: Espeleología en la cueva de Supelegor.

17.00: Salir de la cueva y vamos a Ubidea (Refugio).

20.30: Cenar.



2 DIA (Taller de Espeleología y de Barranquismo)

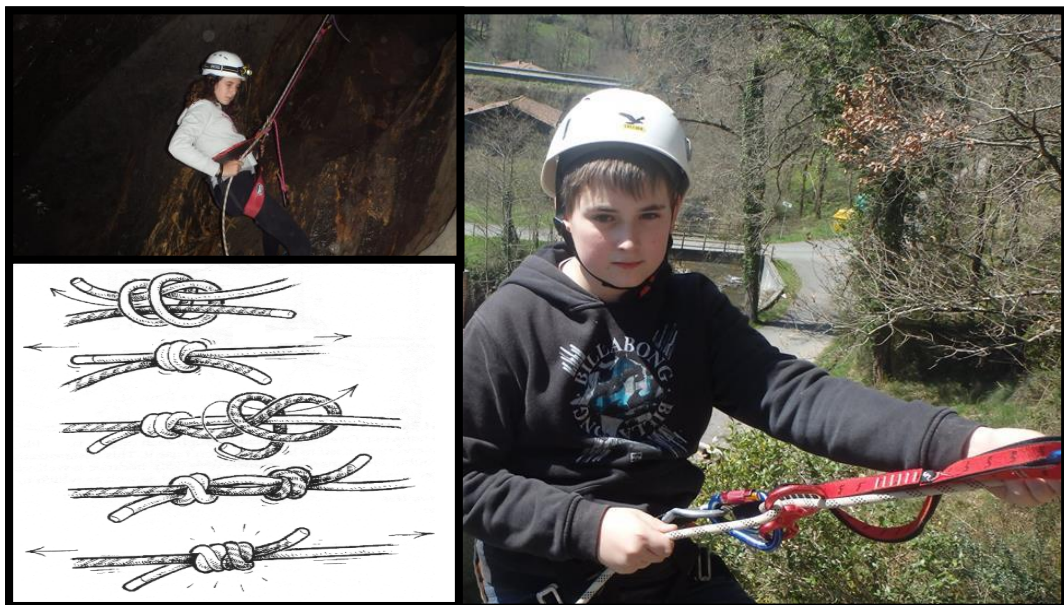
09.00: Desayunar.

10.00: Técnica de espeleología y de barranquismo. Videos, conocimiento del material, taller de nudos...

14.00: Comida.

16.00: Taller práctico. (Rapel, técnica de yumar, pasamanos...)

20.30: Cenar.





**MENDIESKOLA
KIROLA**

BIZKAIKO MENDI FEDERAZIOA
mendieskolakirola@bmf-fvm.org
Tlf. 647619986

3 DIA (Espeleologia en Mairulegorreta)

09.00: Desayunar.

10.00: Salir hacia las cuevas de
Mairulegorreta.

17.00: Volver hacia el refugio.

20.30: Cenar.



4 DIA (salida de monte)

09.00: Desayunar.

10.00: Salida de monte.

16.30: Fin.





MATERIAL NECESARIO

- Mochila grande para la estancia.
- Mochila pequeña para las actividades de día.
- Saco de dormir fino. Posibilidad de llevar saco-sabana (recomendable).
- Crema solar y gafas de sol.
- Cantimplora (balido botella de plástico).
- Bastones. (Opcional)
- Útiles de ducha y acceso personal (toalla, jabón, pasta de dientes...).
- Ropa:
 1. Para el día a día:
 - Botas de monte o zapatillas de trekking.
 - Ropa de recambio.
 - Polar o “corta-vientos” (Es probable que en el refugio haya frio).
 - Chubasquero. (Dependiendo de la meteorología).
 - Pijama. (Opcional).
 2. Para hacer Espeleología
 - Ropa para ensuciar, buzo, chandal, chubasquero viejo recomendable...
 - Frontal (Sin falta).

Aviso: Dentro de la cueva no hace mucho frio. La ropa se va a ensuciar, por lo tanto, llevar ropa expresamente para hacer espeleología.

PRECIO Y SERVICIOS:

1. El precio de esta salida es de **100€**.
2. Realizar el ingreso en el siguiente número de cuenta:
Euskadiko Kutxa/Caja Laboral: 3035 0246 40 2460008709, en el concepto indicar el nombre-apellido del participante y nombre de la actividad.

IMPORTANTE:

- Debéis prever la comida del primer día (no está incluida).
- L@s responsables de la salida podrán variar las actividades dependiendo de las condiciones del medio y las condiciones climatológicas.
- No hace falta estar federado.
- Se admitirán 16 participantes máximo. **2003-2008** (Ambos incluidos).

INSCRIPCIONES:

Página web de la Diputación Foral de Bizkaia
(www.bizkaia.eus/eskolakirola)

CONTACTO:

mendieskolakirola@bmf-fvm.org edo **64761 99 86** telefono zenbakira deituz.