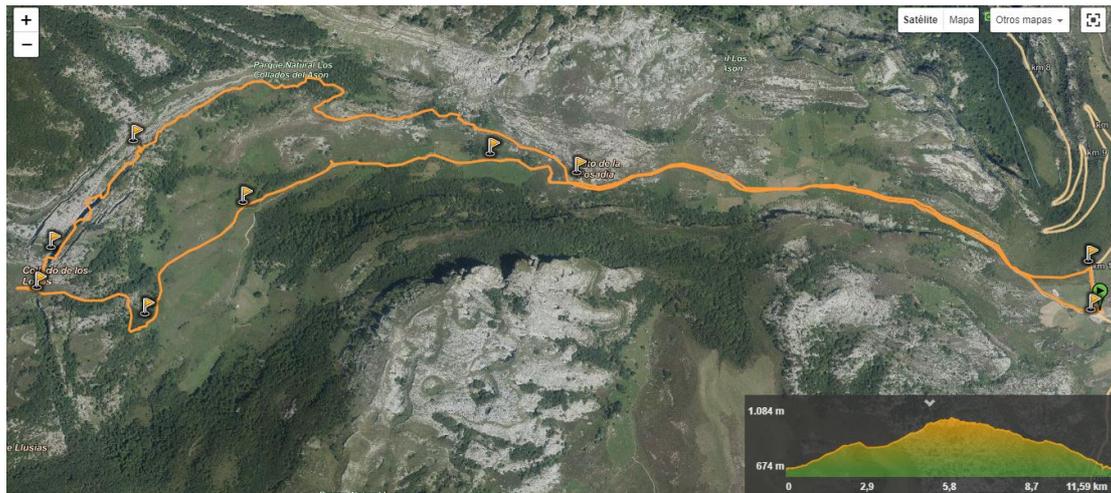


RUTA “COLLADOS DEL ASÓN”



FICHA TÉCNICA:

-Longitud: 11,6 kms
-Altitud máx: 1084 m

-Desnivel: 516 m
-Tipo: circular

DATOS DE LA ACTIVIDAD:

-Hora de salida: 8.30

-Lugar de salida: Universidad Europea del Atlántico

-Hora de llegada aprox: por determinar

-Se trata de una ruta situada en el Parque Natural de los Collados del Asón, uno de los principales ríos de Cantabria. Se ubica en el municipio de Ramales de la Victoria, en la zona Este de la comunidad, limitando con el País Vasco.

RECOMENDACIONES:

A la hora de realizar una actividad en montaña siempre nos viene a la cabeza todo lo que podemos llevar, pero en estos casos es recomendable llevar SOLO lo imprescindible.

En este caso, desde la coordinación se aconseja lo siguiente:

-Calzado: Se recomienda un calzado apropiado, una bota de caña media, que nos proteja el tobillo. Un plus sería un calzado impermeable, ya que es una zona muy húmeda debido al río y a numerosas cascadas.

-Pantalones largos, no demasiado cálidos y que sienta cómodo. En la medida de lo posible evitar chándales. La mejor opción en caso de no tener ropa técnica, mallas y pantalón corto.

-Camiseta térmica, pegada al cuerpo, y si somos frioleros, una camiseta deportiva encima. Como capa de abrigo usaremos un forro polar, sudadera o similar.

-Esperemos que no haga falta, pero llevar un chubasquero o poncho en la mochila nos puede salvar de una mojadura.

-Una mochila de tamaño mediano, como las que llevamos a la universidad. En ella meteremos agua o similar, evitar bebidas gaseosas. Frutos secos, chocolate, fruta y bocata para comer.

-Se recuerda que al ser todos mayores de edad, cada uno será responsable de sí mismo durante la actividad y siempre actuando por el bien suyo y del propio grupo, sin poner en riesgo a los demás participantes.