



Concello de Ponteceso  
Área de Turismo  
[www.ponteceso.net/](http://www.ponteceso.net/)  
e-mail: turismoponteceso@ponteceso.net

**Ponte a pé**



Sábado, 28 e domingo, 29 de setembro 2013

-----

**Ruta de sendeirismo:  
Parque Natural da Baixa Limia  
Serra do Xurés**



**Prazas: 26 por orde de inscrición**

**Inscricións: do 11 ó 21 de setembro/2013**

**/ou ata cubrir ás prazas/**

**-por de entrada no rexistro do Concello de Ponteceso-**

-----

**Horario: de 09.00 h a 14.00 h**

**Prezo: 50.75€ (Inclúe: autobús, albergue, cea e almorzo)**

**\*Teñen preferencia as persoas empadroadas  
no Concello de Ponteceso.**

**Información:**

Concello de Ponteceso -----981 714 000

Centro Cultural de Ponteceso-----981 715 442

Oficina Municipal de Corme-----981 738 428

-----

**Organiza:**

**Concello de Ponteceso**

**Área de Turismo**



Concello de Ponteceso  
Área de Turismo

Ponte a pé



## Ruta de sendeirismo

**Parque Natural da Baixa Limia e Serra do Xurés**  
**Días: sábado, 28 e domingo, 29 de setembro de 2013**

Dificultade da rutas: media-alta

**Saída: Lugar e hora: Sábado 28/09/2013**  
Ponteceso...ás 08.00 h. da praza do Relleno

**Volta: Domingo: 29/09/2013 ás 21.00h aprox.**

**Participante:**empadroada/o  si //non empadroada/o  **Foto** \_\_\_\_\_

Nome \_\_\_\_\_ Apelidos \_\_\_\_\_

DNI núm. \_\_\_\_\_ Data de nacemento/\_\_/\_\_\_/\_\_\_\_/ Idade\_\_

Enderezo: \_\_\_\_\_

Teléfono: \_\_\_\_\_ e-mail: \_\_\_\_\_

Teléfono:/nai/pai/titoria \_\_\_\_\_

**En caso de emerxencia: avisar a:** \_\_\_\_\_ **Teléf** \_\_\_\_\_

**DECLARO:** Que, estou en condicións para realizar a práctica deportiva e que NON teño impedimentos/enfermidades para levar a cabo éstas rutas de sendeirismo.

Datos de interese:

**(Alerxias a medicamentos e alimentos, toma medicacións...)**

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Sabe nadar ? : \_\_\_\_\_ Grupo Sanguíneo \_\_\_\_\_

\_Fotocopia do DNI

\_Fotocopia da cartilla sanitaria

.Pago:50.75€/inclúe:autobús,aloxamento-albergue-literas,cea,almorzo

**.Concepto:**Ponte a pé /28 e 29 de setembro de 2013

Ruta de sendeirismo:P.N.Baixa Limia/Xurés

### Lémbrete de levar:

-Roupa e calzado axeitado para ás rutas de sendeirismo/

(consultar as prediccións metereolóxicas)

-Útiles de aseo,toalla de baño,/protección solar,gorra/cámara fotog

**-Saco de durmir (durmese en literas)**

**-Xantar para o sábado (estaremos en ruta)**

-----

\_Consinto o uso de fotografías / \_\_\_\_\_

\_Desexo recibir información das actividades por sms/ e-mail/\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_

DNI \_\_\_\_\_

Sinatura \_\_\_\_\_



Concello de Ponteceso  
Área de Turismo

ponte a pé



## Ruta de sendeirismo

**Parque Natural da Baixa Limia e Serra do Xurés**

**Días: sábado, 28 e domingo, 29 de setembro de 2013**

Dificultade da rutas: media-alta

-----

### Participantes menores de idade (+16 anos) acompañados dun responsable adulto

D./<sup>a</sup> \_\_\_\_\_ DNI. \_\_\_\_\_  
con enderezo \_\_\_\_\_ Teléf. \_\_\_\_\_  
como pai/nai/tutor da/o participante \_\_\_\_\_

**AUTORIZO** a \_\_\_\_\_ Idade: \_\_\_\_\_  
a participar na viaxe/rutas de sendeirismo que organiza o Concello  
de Ponteceso os días 28 e 29/09/2013, polo P.N. da Baixa Limia/Xurés

**AUTORIZO:** A D<sup>a</sup>/D<sup>o</sup> \_\_\_\_\_ Idade \_\_\_\_\_  
con enderezo: \_\_\_\_\_ DNI núm. \_\_\_\_\_  
como responsable de \_\_\_\_\_ Idade \_\_\_\_\_  
para participar na viaxe a Baixa Limia-Xurés/rutas de sendeirismo.

**DECLARO:** Que, coñezo a información e característica da viaxe/rutas

**DECLARO:** Que, a/o menor participante está en condicións para  
realizar a práctica deportiva e que NON ten impedimentos nin  
enfermidades para realizar ésta actividade/rutas de sendeirismo

Datos de interese:

**(Alerxias a medicamentos e alimentos, toma medicacións...)**

\_\_\_\_\_

Sabe nadar ? : \_\_\_\_\_ Grupo Sanguíneo \_\_\_\_\_

<b>Nai/Pai/Titor/a</b>	<b>Participante:</b>	<b>Persoa responsable</b>
Nome _____	Nome _____	Nome: _____
Teléfono: _____	Teléfono: _____	Teléfono: _____
DNI núm. _____	DNI núm. _____	DNI núm. _____

\_\_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_/de/\_\_\_\_/ \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_/de/\_\_\_\_/ \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_/de/\_\_\_\_/

Sinatura: \_\_\_\_\_ Sinatura \_\_\_\_\_ Sinatura: \_\_\_\_\_