



ACTIVIDADES RECREATIVAS

SALIDAS DE MONTAÑA

Las salidas de montaña consisten en una excursión de 1 día de duración por diferentes montañas de nuestro territorio donde conoceremos nuestra geografía, medio ambiente y cultura.

Así mismo la fiesta de finalistas consiste en una jornada festiva donde nos reunimos todos/as los/las participantes de todas las categorías para disfrutar de diversas actividades:

- Itinerarios según categorías.
- Rocódromo y tirolina.
- Talleres.
- Reparto de premios.
- Exposiciones, música, etc.

1. INSCRIPCIÓN

- 1.1 Las Entidades interesadas en participar en la Actividad Deportiva Formativa de Participación de Montaña, deberán presentar el [boletín de inscripción](#) en Actividades de iniciación y recreativas debidamente cumplimentado en las Oficinas de Deporte Escolar.
- 1.2 Al realizar la inscripción de la Entidad, es obligatorio indicar el nombre de la persona responsable de coordinar la Actividad de Montaña

2. PROGRAMA DE LOS CURSOS / DE LAS SALIDAS

- 2.1 Las salidas de montaña de las categorías benjamin, alevín e infantil consisten en una excursión de unas cuatro horas (en total) y un desnivel entre 400 y 600 metros.
- 2.2 Las salidas de montaña de las categorías cadete y juvenil consisten en una excursión de montaña de unas seis horas y un desnivel entre 800 y 1200 metros.
- 2.3 Los infantiles nacidos en el 1995 que lo deseen podrán solicitar el paso a las actividades de la categoría superior, tanto individualmente como colectivamente siempre y cuando tengan el permiso paterno correspondiente.

3. PARTICIPACIÓN

- 3.1. Podrán participar únicamente deportistas pertenecientes a las Entidades inscritas en las actividades recreativas y nacidos en los años:

Benjamin:	1999/00
Alevín:	1997/98
Infantil:	1995/96
Cadete:	1993/94
Juvenil:	1991/92

- 3.2. Deberá inscribirse un acompañante-responsable por cada cinco deportistas en la categoría de menores y uno/ ocho en la de mayores.

4. INSCRIPCIÓN/CUOTA

- 4.1** La cuota de inscripción para la salida de benjamines, alevines e infantiles es de 1.80 € por participante y salida, subvencionando la Sección de Deporte Escolar el resto del importe de la salida.
- 4.2** La cuota de inscripción para la salida de cadetes-juveniles será de 2.40 € por participante y salida.
- 4.3** Las inscripciones para las salidas se realizarán, durante la semana anterior a la salida, en la Federación Vizcaína de Montaña de la siguiente manera:
- Cumplimentar la ficha base de participación:
 - Nombre y apellidos del participante.
 - Nombre del centro o entidad.
 - Fecha de nacimiento.
 - Lugar de residencia.
 - El ingreso correspondiente a cada actividad se realizará a la vez que la inscripción y se enviará el justificante de pago (fax 944.443.562) antes del jueves anterior a la salida. en la Caja Laboral Popular, Entidad 3035, Sucursal 0246, Control 40 nº cta. 2460008709. Las cantidades ingresadas solo se devolverán en caso de error por parte de los organizadores.
 - Deberá llamarse por teléfono al nº 647.619.986 el miércoles de 10,00 a 14,00 horas y de 18,00 a 21,00 horas. También podrá realizarse la inscripción a través de internet, antes de la hora límite (miércoles a las 21 horas) en la dirección siguiente: mendieskolakirola@yahoo.es.

En este trámite se comunicará el número total de participantes (deportistas + acompañantes) y el lugar de recogida, posteriormente (el miércoles por la tarde) la Federación comunicará, utilizando el mismo medio, la hora de recogida (entre las 8.00 y las 8.30 según las salidas).

5. CALENDARIO

5.1 Para los participantes pertenecientes a las categorías benjamín, alevín e infantil, el calendario de las salidas de montaña y zonas en los que se divide a los participantes en las mismas, es el siguiente:

ZONA 1.- BILBAO, ENCARTACIONES

ZONA 2.- MARGEN IZQUIERDA, ZONA MINERA.

ZONA 3.- URIBE KOSTA.

ZONA 4.- URDAIBAI, DURANGUESADO, LEA-ARTIBAI.

ZONA 5.- IBAIZABAL, ORDUÑA, ARRATIA.

FECHA	ZONAS	SALIDA
05/10/2008	1-2-3-4-5	GANERAN 822m (GALDAMES)
19/10/2008	1	COTOBASERO 824m (KARRANTZA)
26/10/2008	2	
09/11/2008	3-5	
16/11/2008	4	
23/11/2008	1	SERANTES 451m (SANTURTZI)
30/11/2008	2	
14/12/2008	3-5	
18/01/2009	4	

25/01/2009	1	BIKIRRIO o BERASKOLA 665m (GORDEXOLA)
01/02/2009	2	
08/02/2009	3-5	
15/02/2009	4	

22/02/2009	1	BURGOA 452m (BERMEO)
01/03/2009	2	
08/03/2009	3-5	
15/03/2009	4	

22/03/2009	1	ALTUNGANA 765m (ZEANURI)
29/03/2009	2	
05/04/2009	3-5	
26/04/2009	4	
17/05/2009	1-2-3-4-5	FIESTA FINALISTAS

5.2. El calendario para los participantes pertenecientes a las categorías cadete y juvenil es el siguiente:

FECHA	ZONAS	SALIDA
05/10/2008	todas	GANERAN 822m-PICO MENOR 728m (GALDAMES)
16/11/2008	todas	AIZKORRI 1528m (ZEGAMA)
14/12/2008	todas	ZALAMA 1336m (KARRANTZA)
18/01/2009	todas	ERLO 1026m (AZPEITIA-AZKOITIA)
22/02/2009	todas	ANBOTO 1331m (ATXONDO)
22/03/2009	todas	TOLOGORRI 1066m (URDUÑA)
26/04/2009	todas	MONTEJURRA 1044m (AIEGI)
17/05/2009	todas	FIESTA FINALISTAS

5.3 Cada Entidad, solamente podrá acudir a las salidas que le corresponda según el calendario.

5.4 El número de participantes, que podrá inscribir cada entidad para la salida correspondiente a la fiesta de Finalistas, no podrá ser superior a la media de los y las participantes inscritos/as por dicha entidad en las seis salidas anteriores.

6. MATERIAL

El material que tiene que llevar cada participante es:

- Mochila individual que permita llevar el material individual correspondiente a la salida.
- Botas de monte o tipo trekking (las zapatillas deportivas están desaconsejadas porque no sujetan bien el tobillo).
- Gorra y gafas para el sol.
- Crema solar y protector labial.
- Ropa de abrigo y chubasquero.
- Polainas (en caso de lluvia)
- Cantimplora (una botella de plástico de litro y medio "tipo refresco" vale perfectamente).
- Comida para media mañana.

Material Importante y obligatorio para el autobús:

- Bolsa de plástico (para guardar la ropa y el calzado).
- Ropa y muda de recambio.
- Calzado ligero para el autobús