

RECOMENDACIONES

Llevar calzado cómodo, ropa deportiva cómoda, gorra para el sol, crema protectora. Así como algo de abrigo para atravesar los puntos de mayor altitud del recorrido.

Llevar teléfono móvil bien cargado.

Si dispones de dispositivo GPS puedes descargar el track aquí: <https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/villamiel-gata-41945221>

Llevar su propio avituallamiento, tanto líquido como sólido. Dadas las fechas todavía cercanas al verano, recomendamos al menos disponer de 2 L de agua, hay 5 fuentes a lo largo del recorrido donde se puede recargar.

No dejar basura en el monte. En los puntos de avituallamiento encontrarás una zona habilitada por la organización para dejar basura.

No perder el camino y avisar de cualquier anomalía a la organización. La ruta estará balizada con cinta amarilla y negra, fíjate bien en los cruces.

Hay partes del recorrido que transcurren por zona ZEPA, especial protección de aves, por lo que no está permitido hacer mucho ruido.

Habrán tres puntos de avituallamiento repartidos a lo largo del recorrido. En los mismos se te indicará que des el número de dorsal asignado en la salida. Te facilitamos la ubicación de los mismos:

Avituallamiento 1 > Km 11---<https://goo.gl/maps/Z7bVQ1GtygCfeGgc9>

Avituallamiento 2 > Km 19---<https://goo.gl/maps/haNrXWe87Dz3WvqD8>

Avituallamiento 3 > Km 25---<https://goo.gl/maps/eR3kifEDkyBDJRQSZ>