



## **Grupo CAMINATAS DE BAJA DIFICULTAD – Club Andino Bariloche** **INFORMACIÓN GENERAL DE IMPORTANCIA**

### **LUGAR Y HORA DE ENCUENTRO:**

El punto de encuentro es **en la puerta de la sede del CAB (20 de Febrero 30)**, a menos que se acuerde otro diferente, que será comunicado oportunamente con la debida anticipación.

La hora de encuentro definida comienza puntual y permite solamente 15 minutos de espera. El participante que se haya anotado y esté atrasado por algún motivo de fuerza mayor, debe comunicarse inmediatamente al teléfono del guía, para que se lo pueda esperar o definir un nuevo punto de encuentro.

### **VALOR DE LA SALIDA**

El valor de la salida es de \$250 por persona (hasta nuevo aviso), que se abona en la sede del CAB solamente con tarjeta de débito o crédito, o mediante transferencia bancaria al mismo.

La inscripción se inicia todos los Miércoles a partir del mediodía, en persona, en la sede del CAB, u on-line después de las 16:30, para dar tiempo a que se cargue y active la planilla en el website.

**Por favor verificar que la transferencia haya llegado al CAB y pedir confirmación por email de la misma. Se recomienda no dejar el pago para última hora del Viernes ya que si hay alguna dificultad con internet, no se podrá hacer la transferencia ni recibir el email de confirmación.**

### **TRANSPORTE**

A fin de colaborar con los gastos para todo aquel que contribuya voluntariamente con su vehículo para el transporte de los participantes y del guía, se ha establecido un aporte por participante transportado. Este cálculo se hace para cada salida y puede variar, dado que se basa en el costo del combustible y los kilómetros a recorrer. De todas maneras esto se anuncia previamente en el newsletter o en el email de promoción de la salida.

Para maximizar el uso de los vehículos y para asegurar un aporte equitativo al que lo ofrece, se solicita a todos asegurar que cada vehículo lleve al menos 3 (tres) participantes, teniendo siempre como punto de partida y regreso la sede del CAB. También se recomienda que se coordine entre los ocupantes del vehículo el transporte de personas que vivan en barrios vecinos o cercanos. Estos casos permite que al finalizar la salida el vehículo no deba retornar al CAB.

Los costos de transporte se abonan al dueño del vehículo en efectivo al finalizar la salida. Por favor llevar cambio con el valor exacto establecido para evitar inconvenientes.



En el momento de inscribirse se les agradece indicar si disponen de vehículo para aportar a la salida.

Si algún vehículo llegara a sufrir una rotura menor durante la salida, que haya sido provocada por las malas condiciones del terreno visitado (por ejemplo, una pinchadura de neumático), se acordará un monto que se prorrata entre TODOS los participantes de la salida, con el fin de ayudar al dueño a cubrir este gasto extra no esperado.

### **CUPO DE PARTICIPANTES**

El cupo mínimo de la salida es siempre de 10 personas. Sin embargo, el cupo máximo puede variar de 20 en las salidas de baja dificultad, a 15 en las de mediana dificultad.

En caso de completarse el cupo les pedimos que escriban a [info@clubandino.org](mailto:info@clubandino.org) para ser anotados en una lista de espera, pudiendo participar de la salida en el caso de que se baje algún participante anotado a último momento. Si la lista de espera llega al cupo mínimo se podrá organizar otra salida al mismo sitio en una fecha posterior.

### **SUSPENSION DE LA SALIDA**

\* En caso de suspensión por decisión del guía, los inscriptos serán informados previamente por email o vía telefónica (pudiendo ser el mismo día de la salida antes de la hora de encuentro), y se les mantendrá el 100% de lo abonado, generándose un crédito a favor a ser utilizado en la siguiente o próximas salidas.

### **PROTOCOLO DE REINTEGROS**

\* Si por alguna razón una persona inscripta no puede o decide no participar, debe avisar al área de Administración del CAB el VIERNES anterior a la salida (por la mañana si la salida es el sábado o por la tarde si es el domingo), se retiene un 50 % y se le genera un crédito, no se devuelve importe. En caso de no avisar, pierde la salida.

\* Si la razón fuera por motivos de salud, debe comunicárselo de inmediato al área de Administración del CAB antes de las 19 hs del VIERNES anterior a la salida, o el primer día hábil siguiente, debiendo presentar en la semana el certificado médico correspondiente. En ese caso, se le retiene el 50 % de lo abonado. De no cumplir con estas condiciones, pierde la salida.



## **CONDICIONES CLIMÁTICAS**

- \* El clima condiciona permanentemente las actividades al aire libre, por lo que las salidas se planifican con antelación, con el fin de evitar las condiciones climáticas extremas. Si la climatología no permitiera realizar salidas, no se ofrecerá la actividad durante ese fin de semana.
- \* Solamente el guía puede decidir la suspensión de la salida por razones climáticas, por lo que a pesar de que esté lloviendo o nevando en el punto de encuentro, la salida no se suspende. Asimismo, si las condiciones cambian abrupta e inesperadamente, el guía puede decidir sobre la marcha la continuación o suspensión de la salida.
- \* En el email de promoción de la salida se ofrece el link al pronóstico meteorológico correspondiente al sitio más cercano al lugar a recorrer. Por lo que se recomienda especialmente verificarlo el día antes de la salida, ya que puede modificarse durante la semana, a fin de llevar la ropa y equipo acorde.

## **FICHAS PARA COMPLETAR Y FIRMAR**

- \* La presentación de los siguientes 3 documentos es de carácter obligatorio para participar de la actividad: 1- Ficha médica, 2- Certificado médico de aptitud física y 3- Formulario de Asunción de Riesgo.
- \* Presentar en el CAB la ficha médica debidamente completada y firmada, y el certificado médico de aptitud física (en especial para las personas que participan por primera vez y que quieran sumarse al grupo de aquí en más).
- \* La ficha de Asunción de Riesgo y la ficha médica la podrán firmar en el CAB en el momento de la inscripción o con el guía en el día de la salida.
- \* Tener en cuenta que la salida puede acortarse o suspenderse a fin de asegurar la integridad de algún miembro del grupo.

## **Recomendaciones GENERALES**

- \* Es recomendable llevar al menos 2 lts. de agua, bebidas con sales o minerales para asegurar la hidratación (tipo Gatorade), o un sobre de jugo en polvo para disolver en el agua. Esta recomendación aplica especialmente durante la época estival.
- \* Para contener el agua o líquidos fríos, se recomienda el uso de botellas de acero inoxidable o en su defecto de plástico libres de BPA (BPA Free).
- \* NO es recomendable el uso de envases de bebidas descartables, ya que es política de la institución y por ende del grupo, el reducir el volumen de basura producido durante las salidas. Tampoco se recomienda rellenar botellas de plástico descartable, ya que éstas poseen BPA y otros contaminantes que afectan el líquido que los contiene.
- \* Vianda para el almuerzo y algo para la merienda, y el que lo desee, termo con líquidos calientes.



\* Equipo individual recomendado:

- Mochila de trekking de 15-25 lts (preferentemente de tela resistente e impermeable)
- Pantalón cargo de algodón o de tela resistente al desgarro (liviano para primavera y verano, de tela más gruesa para otoño e invierno). Los que tienen piernas desmontables y de secado rápido pueden ser usados como traje de baño.
- Camisa de manga larga de algodón o de tela resistente al desgarro, para primavera y verano (especial para proteger los brazos y el cuello de la vegetación espinosa, de la excesiva exposición al sol y de los insectos)
- Zapatillas de trekking livianas (primavera y verano)
- Botas de trekking impermeables (otoño e invierno)
- Sandalias de trekking para vadeos (primavera y verano)
- Bastones de trekking (el par)
- Linterna de cabeza
- Silbato
- Ropa interior térmica (otoño e invierno)
- Medias de trekking (con puntera y talón reforzados) y 1 par de repuesto para otoño e invierno
- Guantes y gorro de abrigo (idealmente de algún material rompeviento o wind-block, para otoño e invierno)
- Campera impermeable de abrigo (invierno) y campera liviana impermeable y rompeviento (verano)
- Bolsa para llevar los residuos propios generados y los encontrados en el camino