



Asociación Lorca - Santiago

RUNING

BAR CARRERAS - TERREROS

RUTA LINEAL DE 28 Km. (opción 32 Km.)

Lugar de Salida : *Cafeteria Stylo en Virgen de la Huertas(en coches).*

Día: *Sábado 7 de enero 2016.*

Hora: *8.30 horas.*

Descripción de la Ruta :

Rutas de Runing por Villarreal, Sierra La Carrasquilla, La Cerrichera, Las Crucecicas, Tebar, El Cocon, Rambla de los Arejos y Terreros.

Recorreremos completamente la Sierra que separa Lorca de Aguilas por senderos, caminos y ramblas.

Iniciamos la salida con 8 km. de subida con algunas rampas del 17 %, para llegar al alto de Purias por encima del radar de la autovía Lorca-Aguilas, hay tenemos una bajada por senda bastante técnica y con piedras, para coger la rambla de la cuesta y llegar a Tebar, hay nos dirigimos (por unos 4 km de asfalto) a la rambla de los Arejos para terminarla en Terreros.

Una vez en Terreros nos pegaremos un baño en Cala Tranquila y se reservara una comida (**a escote**) en el Chiringuito de Costa Tranquila junto a la playa, llevarse bañador y ropa para secarse y cambiarse.

Las condiciones meteorológicas son favorables

Distancia: *32 km.*

Desnivel Acumulado Positivo: *500 mt.*

Duración: *3,5 a 4 horas incluido descansos.*

Lugar de Llegada: *Terreros.*

Dificultad : *Alta.*

Inscripción : *Hasta el jueves anterior a la ruta en:*

lorcasantiago@hotmail.com - grupos de Whatsapp. >Olivetti 607823682

Observaciones: *Llevar ropa y calzado adecuado, así como agua y comida, para almuerzo. Es obligatorio el Seguro Federativo, por lo que el que no disponga de él debe dar nombre, apellidos, DNI y fecha de nacimiento para su tramitación.*



Asociación Lorca - Santiago

Distancias

BAR CARRERAS TERREROS 32KM.GPX

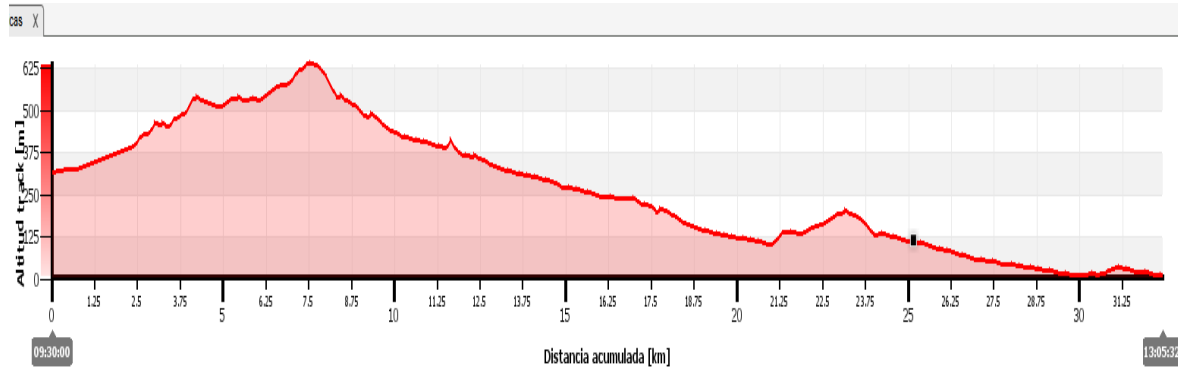
Distancia con alturas	32.44 km
Ascen.salida.	496 m
Altitud Máxima	642 m
V.Mediana Mov.	0 km/h
Duración	03:35:39

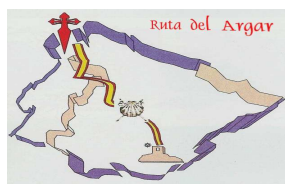
Alturas

Alturas

Track con altitudes (3D):	Sí
Altitud Máxima	642 m
Altitud Mínima:	8 m
Altitud de la salida:	317 m
Altitud de la llegada:	7 m
Ganancia desde la salida	324 m
Desnivel salida-llegada	-310 m
Desnivel máximo	634 m
Ascen.salida.	498 m
Desc.salida	819 m
Max Pendiente	17.6 %
Min Pendiente	-21.4 %

Perfil





Asociación Lorca - Santiago

ADVERTENCIA DE SEGURIDAD E INFORMACIÓN DE INTERÉS

Informamos que las actividades en la montaña implican riesgo y pueden tener consecuencias imprevisibles. Para participar debes encontrarte en perfecto estado de salud, tanto físico como psíquico, en buena forma física y reunir los conocimientos técnicos necesarios.

Si decides participar reconoces que has sido informado de los riesgos de la actividad, asimismo deberás aceptar las recomendaciones y sugerencias indicadas por el guía en todo momento, debes guardar un comportamiento preventivo para la evitación del riesgo, sin exponerse o exponer a otros compañeros a un riesgo innecesario.

Dicha participación en nuestras excursiones, implica la asunción de riesgo que conllevan los deportes de montaña.

El club se reserva el derecho de poder anular, cambiar o aplazar la excursión previamente o en el inicio de la misma por inclemencias meteorológicas u otros imprevistos.

Con tú participación en las actividades autorizas a los guías de la misma, a formar parte del reportaje fotográfico general que se realiza en cada actividad. Sin perjuicio de tú derecho de cancelación, que podrás ejercer posteriormente, para ello deberás mandar un email a lorcasantiago@hotmail.com

Somos una asociación deportiva, federada como club deportivo en la FMRM (Federación de Montañismo de la Región de Murcia) y en la FEDME (Federación española de deportes de montaña y escalada) y para realizar excursiones programadas por el club, recomendamos (no obligamos) a nuestros socios y simpatizantes estar en posesión de la licencia federativa, existen varios tipos de licencias: regional, nacional, internacional o incluso para un sólo día.

Todas las licencias federativas te incluyen: Seguro de accidente, responsabilidad civil y rescate en montaña.

Tened en cuenta que si no se está federado (en cualquiera de las modalidades anteriores citadas) y nos ocurriese algún incidente durante la excursión; existe la posibilidad, que en función del suceso y comunidad donde se desarrolle la excursión, el gasto que ocasione dicha intervención de los operativos pertinentes, corran por cuenta del usuario.