

## **RECOMENDACIONES PARA LA RUTA DE LA SECCIÓN DE BTT DEL CLUB DEPORTIVO SALMANTINO DE MONTAÑA PARA EL 12 DE MAYO.**

1.-La Marcha, es una actividad de carácter libre. No se trata de una competición, sino un reto personal de cada participante y la forma de pasar una mañana practicando deporte con amigos.

2.- El recorrido será un circuito de 45 kilómetros de una dificultad media baja, con salida y llegada en la Plaza de San García de Ingelmos (Ávila), apto para participantes con una condición física media.

3.- El recorrido no estará señalizado así que será conveniente ir siempre con alguien que conozca el recorrido o al menos la zona. Nos reagruparemos para continuar la marcha en los puntos dónde la dispersión entre participantes haya sido mayor, después de las subidas..., así como en alguno de los pueblos de paso para hacer un pequeño avituallamiento.

4.- La organización no se hace responsable de los accidentes en los que pudieran ser causa o víctima los ciclistas participantes como tampoco de los gastos, deudas o daños que pudieran contraer durante la marcha.

5.- El uso del casco protector será OBLIGATORIO para todos los participantes. Igualmente se recomienda que todos los participantes, porten aquellos repuestos y herramientas necesarias para pequeñas averías que pudieran producirse.

6.-Más información en <http://gsm.org.es/2013/04/10/ruta-btt-san-garcia-de-ingelmos/> y <http://sierraavila.blogspot.com.es/2013/04/ruta-btt-del-salmantino-de-montana-el.html> dónde también os podréis descargar el track de la ruta para el GPS: