

presentación
organización y actividades

El Club se fundó en Graus en el año 1996 y su objetivo fundamental sigue siendo el mismo, conocer y recorrer las montañas del Pirineo haciendo amigos y disfrutando de la naturaleza que nos rodea.

El funcionamiento esta coordinado junto a los servicios deportivos de la comarca (servicio comarcal de deportes de la Ribagorza y patronato municipal de deportes de Graus).

Pertenecer al Club es muy sencillo, sólo tienes que hacerte socio rellenando la ficha de inscripción y abonando la cuota de alta de 7 euros.

La Asamblea General Ordinaria del club se reúne anualmente en diciembre y a ella asisten todos los socios interesados. Eligen al Presidente y se nombra a la Junta Directiva que durante el año administra y organiza las actividades del Club.

Las actividades que se realizan son las siguientes: excursionismo, senderismo, alpinismo, espeleología, esquí de fondo, marchas con raquetas de nieve, descenso de barrancos y rutas de bicicleta de montaña; colaborando además con el ciclo de conferencias sobre la montaña "Tras la Cima" que se desarrollan a través del I.E.S. Baltasar Gracián de Graus y el programa de Excursionismo realizado para la Tercera Edad desde la Cruz Roja de Graus.

Destacar que este programa tiene actividades asequibles a todos los niveles, y están todas abiertas a la participación tanto de socios como no socios del Club.

Estamos en internet con la página: www.usuarios.lycos.es/CER/ donde podéis consultar sobre todas las actividades y otras informaciones, así como realizar consultas y sugerencias a través del correo electrónico.



cuadro
federación aragonesa de montañismo

	A	B	C	2M
Año 2008	ESPAÑA	ESPAÑA, PIRINEO FRANCÉS ANDORRA	MUNDO MENOS PICOS MAYORES DE 7.000 Y ZONAS POLARES	ESPAÑA
Mayores	56 €	79 €	102 €	40 €
Juveniles	32 €	56 €	77 €	Limitada categoría adultos : Marchas, Senderismo y marchas de largo recorrido (andadas). Excluida cualquier actividad por encima de 2.000 m. No admite suplemento de esquí y snowboard.
Infantiles	16 €	36 €	49 €	
Modalidades deportivas	Excursionismo, Campamentos, Marchas, Senderismo, Carreras por Montaña, Infantiles y Juveniles (Rocódromo)	Alpinismo, Alta montaña, Escalada, Barrancos, Rocódromo, Igloos, Btt, Esquí nórdico y Travesía, Telemark y Rafting, Espeleología Raquetas	Las detalladas en modalidades A y B	



Suplemento Esquí Alpino: 20 €
 Suplemento Esquí Alpino y Snowboard: 37 €
 Modalidades D: Expediciones 312 €
 (para solicitarla, consultar en Federación Aragonesa de montañismo)
 Descuento para familias numerosas:
 Consultar su solicitud en el club o FAM.
 En las ampliaciones: cambio de cobertura y suplementos se cobrará la diferencia entre ellos +2 €.

CENTRO EXCURSIONISTA DE LA RIBAGORZA
PATRONATO MUNICIPAL DE DEPORTES DE GRAUS
SERVICIO COMARCAL DE DEPORTES DE LA RIBAGORZA

Carretera Benasque, s/n · 22430 GRAUS
 Teléfono. 974 546 562 · 974 546 090 · Fax. 974 546 562
scdribagorza@cribagorza.org · pmdgraus@telefonica.net
centro.excursionista.ribagorza@hotmail.com

graficadibagorza

centro
excursionista
de la ribagorza

calendario] actividades08





recomendaciones y consejos normas básicas para respetar el medio ambiente

- 1.- Respeta en todo momento el medio natural, no dañando la flora ni la fauna que encuentres.
- 2.- Procura transitar por los caminos y sendas señalizados, con ello evitarás perjudicar el medio natural y reducirás el riesgo de accidentes.
- 3.- No dejes un mal recuerdo de tu visita. Recoge la basura que generes y deposítala en los contenedores.
- 4.- Recuerda que no se puede hacer fuego en el campo. Si ves fuego, avisa lo antes posible.
- 5.- El sonido también contamina. No seas escandaloso.
- 6.- Respeta la propiedad privada (fincas, cultivos, etc.)

reglas útiles para disfrutar de la naturaleza

- 1.- Antes de salir, lo mejor es conocer perfectamente la zona o la ruta que vas a seguir, así como las condiciones meteorológicas que haya para que puedas ir preparado.
- 2.- Debes llevar ropa cómoda. En invierno o con mal tiempo recuerda llevar ropa de abrigo e impermeable. En verano no olvides la gorra, te evitará las insolaciones.
- 3.- El calzado también es fundamental. Elige bien la clase de calzado y pruébalo antes de salir (para practicar senderismo lo más aconsejable son las botas de trekking).
- 4.- Debes llevar siempre agua (aunque haya fuentes en el recorrido), así como algo de alimento (la cantidad dependerá del recorrido y la duración).
- 5.- Es recomendable que lleves un botiquín de primeros auxilios (con vendas, tiritas, etc.).

organización de las salidas

Cada salida tiene su promoción particular a través de cartelería, comunicación por radio y correo electrónico a las personas que están en nuestra base de datos. Salvo excepciones, salimos siempre desde el mismo sitio "Glorieta de Joaquín Costa", de Gaus, bien sea para coger el transporte de aproximación o bien para comenzar a la marcha.

Recomendamos la extracción de la licencia federativa, pero para las personas que no desean tramitarla, gestionamos un seguro de accidentes para la jornada. En caso de no querer este seguro, debe firmarse un documento en el que exime a la organización de la responsabilidad ante cualquier accidente.

Las inscripciones se realizan a través de los servicios deportivos, local y comarcal, en los teléfonos 974 546090 y 974 546562, ubicados en las oficinas junto al pabellón polideportivo municipal de Gaus.

Normalmente el plazo de inscripción es hasta el jueves anterior a la salida, en horario de las 18.00 h.

Se consideran inscritas aquellas personas que, además de dar sus datos personales, hacen el pago anticipado de los servicios solicitados en cada caso.

En caso de no realizarse la excursión a causa del mal tiempo, de forma general se tomará la decisión de aplazarla, con el mismo plan de acción, para el fin de semana siguiente.

Las actividades no están cerradas a los socios del club, aunque tienen en cada una de ellas un pequeño descuento con respecto al resto de usuarios.

Dos recomendaciones: **fedérate y hazte socio...** vale la pena.

normas de seguridad

Para realizar las actividades se recomienda tener el seguro federativo de montaña. No obstante, en función de la actividad que se vaya a practicar y de donde se desarrolle la misma, todo participante no federado está obligado a suscribir la modalidad de seguro que para cada actividad tramiten los Servicios Deportivos.

El Centro Excursionista de la Ribagorza y los organizadores de las actividades declinan toda responsabilidad por los daños que puedan sufrir los participantes y/o producir a terceros.

prestación de material

El material del Club es de uso exclusivo para los socios, quedando terminantemente prohibido el cederlo o dejarlo a otra persona que no sea socio del Club.

actividades

ENERO día 13 Raquetas,

4.º Encuentro Inter-pirenaico de raquetas de nieve por Somport. Organiza, Federación Aragonesa de Montañismo.

ENERO día 27 Raquetas,

Zona Llanos del Hospital y Forau de Aiguallut.

FEBRERO día 10 Raquetas,

Zona Valle de Estós.

FEBRERO día 24,

II Día Regional del Raquetista (CAU) Portalet.

Organiza, Federación Aragonesa de Montañismo.

MARZO día 9 Senderismo,

Excursión circular, Perarrúa-La Corona-Centenera-Barranco Comunet.

MARZO día 30 Senderismo,

GR-1 Tierrantona-Muro de Roda-Humo de Muro-Palo-Ligüerre de Cinca.

ABRIL día 20 Senderismo,

Recorrido por las iglesias románicas del Valle de Boí.

MAYO día 4 Senderismo,

Zona del Valle de Ordesa (Gradas de Soaso-Cola de Caballo).

MAYO día 25 Senderismo,

Recorrido por los Ibones del Valle de Estós.

JUNIO día 1 Senderismo,

Monasterio de San Victorián-Peña Montañesa. Comida.

JUNIO día 22 Alta montaña,

Pico Forca de Remuñé.

JULIO día 6 Senderismo,

"La Clásica" Hospital de Benasque-Hospital de Luchón.

JULIO día 20 Alta montaña,

Zona Ballivierna-Pico Aragüels-Ibón de Cregüeña-Senarta.

JULIO día 27 Senderismo,

Puerto de Sahún-Barbarisa-Aigüeta de la Pleta de la Vall de Eriste.

AGOSTO día 31 Alta montaña,

Pirineos Franceses (Parque Natural del Neouvielle) picos Cambiell y Estarange.

SEPTIEMBRE día 21 Senderismo,

Puerto de La Picada-La Artiga de Lin (Valle de Arán), nacimientos del río Joel (aguas procedentes del Forau de Aiguallut).

OCTUBRE día 19 Senderismo,

"Clásica" Viú-Laspuña. Comida.

NOVIEMBRE día 2 Senderismo,

GR-18 Beranuy-Biescas de Obarra-Serraduy-La Puebla de Roda. Comida.

NOVIEMBRE día 16 Senderismo,

Gaus-La Puebla de Castro-Labitolosa-Olvena.

NOVIEMBRE día 30 Senderismo,

Gaus-Ermita de San Sebastián-Ejep-Templo Budista-Panillo.

DICIEMBRE día 7, gran día del Club... Asamblea y CENA. Posible paseo matinal a decidir.

"A estas excursiones hay que añadir las etapas del GR-11 navarro y GR-11 catalán, que se realizarán en las fechas en que lo permita la reserva de plazas en los refugios de montaña en los que se vaya a pernoctar".

