

SABADO 16/07/2016

9ª EDICION DE

LA NOCTURNA



“CAMINATA DE CASTELL DE GUADALEST AL MAR “



La novena edición este año promete ser igual o mejor que del año pasado! Os esperan 16 o 20km de ligera bajada bajo la luna llena a través del cauce de los ríos Guadalest y Algar, que sin duda pertenecen a los sitios más bonitos e intactos de nuestra Costa Blanca. En el barranco, donde se cultivan nísperos, naranjas, limones, aguacates, granados y hasta palmeras, siempre sopla una brisita suave a causa de la humedad del río.



Todos los participantes serán llevados en autobús desde Altea a la Presa del Río Guadalest, donde los más entrenados empezarán sus 20km, o a otro punto mas abajo donde los otros podrán bajar al cauce del río para hacer sus 16kms. La edad mínima será de 12 años.

Se trata de otra caminata organizada por la delegación Valenciana de la Federación Española de Nordic Walking, bajo la supervisión logística de la empresa de Turismo Activo Marco Polo

Expediciones y con activa colaboración de los ayuntamientos de L'Alfàs y Altea. El uso de los bastones de Nordic Walking es libre y sólo aconsejado para los experimentados. Se imparten cursos preparativos.

Mas información y las hojas de inscripción en www.nordicwalkingcv.com



Obligatorio: calzado adecuado para aguantar por lo menos 4 horas de marcha; linterna de cabeza.

Aconsejado: llevar agua, fruta, barra energética, unas tiritas y desinfectante, repelente

Gastos antes del 06/07: 10 € empadronados en l'Alfàs y Altea, socios de FENWA y los clubes adheridos.
15 € otros (por persona)

Después del 07/07: 13 € pp empadronados en l'Alfàs y Altea, socios de FENWA y los clubes adheridos.
18 € pp otros (por persona)

Incluido: Transporte en autobús, seguro RC y accidentes, una camiseta, agua y fruta durante el recorrido y al finalizar unos snacks, tortillas, cocas, pizzas, gofres y bebidas

Más información: Francisco: **606 213 074**; Marc **655 87 97 11**, marc@nordicwalkingcv.com

Agradecemos a

- los Ayuntamientos de l'Alfàs y Altea, Protección Civil, hospitales IMED
- L'Alteana, Pizza For U, Gofres Manneken Pis, Frutas Isaias, Mac Donalds,
- Bolo y Baldomero Sports y Marco Polo Expediciones