

LAS HIEDRAS RUTA 1

7,6 km +450m -450m 4h



**PARA FAMILIAS
CON MENORES A PARTIR DE 5 AÑOS
ACOMPANADOS POR 1 ADULTO**

PROGRAMA

- 10:00 h: Salida de guagua de Antigua Terminal de Guaguas de La Laguna.
- 10:30 h: Salida de la Cruz del Carmen.
- 14:30 h: Llegada al Pabellón Deportivo de Las Mercedes.
- 15:00 h: Comida de hermandad.
- 17:00 h: Sorteo regalos entre los participantes.
- 18:00 h: Salida de las guaguas para la Antigua Terminal de Guaguas de La Laguna.

Ruta de esfuerzo bastante asequible.
Se recomienda llevar bastones.
No habrá avituallamientos.

Cada participante debe llevar su propio alimento y bebida para la ruta.
Está prohibido tirar o recoger nada de los lugares por donde pasamos.
Está prohibido adelantar al guía de cabeza o ir por detrás del guía de cola.
Cada participante debe de llevarse su propia basura hasta los lugares destinados.
Sólo para montañeros/as federados (licencia 2019 autonómica canaria o FEDME).
Se pedirá la licencia federativa del año en curso al subirse a la guagua.
Se ruega estar media hora antes para pasar lista.
No se esperará, saldremos puntual.
Los menores serán responsabilidad de los adultos que lo acompañen.
Plazas limitadas (50 participantes).

IMPORTANTE
LLEVAR CUBIERTOS,
PLATOS Y VASOS
REUTILIZABLES
PARA LA COMIDA

EL PRECIO INCLUYE

Transporte en guagua (según programa)
Camisa conmemorativa.
Comida hermandad.
Sorteo.

15 €

NO PODRÁN PARTICIPAR
MENORES DE 5 AÑOS

5 €
PARA MENORES DE EDAD



7,6 km +450m -450m 4h
VIII ENCUENTRO INSULAR DE SENDERISMO

Las Hiedras



TEGUESTE RUTA 2

8,2 km +650m -400m 4,30h



PROGRAMA

- 09:30 h: Salida de guagua de Antigua Terminal de Guaguas de La Laguna.
- 10:00 h: Salida de Tegueste.
- 14:30 h: Llegada al Pabellón Deportivo de Las Mercedes.
- 15:00 h: Comida de hermandad.
- 17:00 h: Sorteo regalos entre los participantes.
- 18:00 h: Salida de las guaguas para la Antigua Terminal de Guaguas de La Laguna.

**PARA
MAYORES DE EDAD**

IMPORTANTE
LLEVAR CUBIERTOS,
PLATOS Y VASOS
REUTILIZABLES
PARA LA COMIDA

Ruta de esfuerzo moderado.
Se recomienda llevar bastones.
No habrá avituallamientos.
Cada participante debe llevar su propio alimento y bebida para la ruta.
Está prohibido tirar o recoger nada de los lugares por donde pasamos.
Está prohibido adelantar al guía de cabeza o ir por detrás del guía de cola.
Cada participante debe de llevarse su propia basura hasta los lugares destinados.
Sólo para montañeros/as federados (licencias 2019 autonómica Canaria o FEDME).
Se pedirá la licencia federativa del año en curso al subirse a la guagua.
Se ruega estar media hora antes para pasar lista.
No se esperará, saldremos puntual.
Plazas limitadas (50 participantes).



EL PRECIO INCLUYE

- Transporte en guagua (según programa)
- Camisa conmemorativa.
- Comida hermandad.
- Sorteo.

15 €



Tegueste



CAÑADA ORIENTAL RUTA 3

9,2 km +600m -500m 5,30h



**PARA
MAYORES DE EDAD**

PROGRAMA

- 09:00 h: Salida de Antigua Terminal de Guaguas de La Laguna.
- 14:30 h: Llegada al Pabellón Deportivo de Las Mercedes.
- 15:00 h: Comida de hermandad.
- 17:00 h: Sorteo regalos entre los participantes.
- 18:00 h: Salida de las guaguas para la Antigua Terminal de Guaguas de La Laguna.

Ruta de esfuerzo moderado.
Se recomienda llevar bastones.
No habrá avituallamientos.
Cada participante debe llevar su propio alimento y bebida para la ruta.
Está prohibido tirar o recoger nada de los lugares por donde pasamos.
Está prohibido adelantar al guía de cabeza o ir por detrás del guía de cola.
Cada participante debe de llevarse su propia basura hasta los lugares destinados.
Sólo para montañeros/as federados (licencias 2019 autonómica canaria o FEDME).
Se pedirá la licencia federativa del año en curso al subirse a la guagua.
Se ruega estar media hora antes para pasar lista.
No se esperará, saldremos puntual.
Plazas limitadas (50 participantes).



EL PRECIO INCLUYE

- Transporte en guagua (según programa)
- Camisa conmemorativa.
- Comida hermandad.
- Sorteo.

15 €



Cañada Oriental



CUEVA ROJA RUTA 4

10,5 km +670m -220m 5h



PROGRAMA

- 09:00 h: Salida de guagua de Antigua Terminal de Guaguas de La Laguna.
- 09:30 h: Salida de la Cueva Roja.
- 14:30 h: Llegada al Pabellón Deportivo de Las Mercedes.
- 15:00 h: Comida de hermandad.
- 17:00 h: Sorteo regalos entre los participantes.
- 18:00 h: Salida de las guaguas para la Antigua Terminal de Guaguas de La Laguna.

PARA
MAYORES DE EDAD

Ruta de esfuerzo moderado.
Se recomienda llevar bastones.
No habrá avituallamientos.
Cada participante debe llevar su propio alimento y bebida para la ruta.
Está prohibido tirar o recoger nada de los lugares por donde pasamos.
Está prohibido adelantar al guía de cabeza o ir por detrás del guía de cola.
Cada participante debe de llevarse su propia basura hasta los lugares destinados.
Sólo para montañeros/as federados (licencias 2019 autonómica canaria o FEDME).
Se pedirá la licencia federativa del año en curso al subirse a la guagua.
Se ruega estar media hora antes para pasar lista.
No se esperará, saldremos puntual.
Plazas limitadas (50 participantes).



IMPORTANTE
LLEVAR CUBIERTOS,
PLATOS Y VASOS
REUTILIZABLES
PARA LA COMIDA

EL PRECIO INCLUYE

- Transporte en guagua (según programa)
- Camisa conmemorativa.
- Comida hermandad.
- Sorteo.

15 €



Cueva Roja



BAJAMAR RUTA 5

11,5 km +1.000m -400m 7h



PROGRAMA

- 07:00 h: Salida de guagua de Antigua Terminal de Guaguas de La Laguna.
- 07:30 h: Salida de Bajamar.
- 14:30 h: Llegada al Pabellón Deportivo de Las Mercedes.
- 15:00 h: Comida de hermandad.
- 17:00 h: Sorteo regalos entre los participantes.
- 18:00 h: Salida de las guaguas para la Antigua Terminal de Guaguas de La Laguna.

PARA
MAYORES DE EDAD



Ruta de esfuerzo moderado (1.000 m acumulados en subida).
 Se recomienda llevar bastones (tramos del senderos en malas condiciones).
 No habrá avituallamientos.
 Cada participante debe llevar su propio alimento y bebida para la ruta.
 Está prohibido tirar o recoger nada de los lugares por donde pasamos.
 Está prohibido adelantar al guía de cabeza o ir por detrás del guía de cola.
 Cada participante debe de llevarse su propia basura hasta los lugares destinados.
 Sólo para montañeros/as federados (licencias 2019 autonómica Canaria o FEDME).
 Se pedirá la licencia federativa del año en curso al subirse a la guagua.
 Se ruega estar media hora antes para pasar lista.
 No se esperará, saldremos puntual.
 Plazas limitadas (50 participantes).



EL PRECIO INCLUYE

- Transporte en guagua (según programa)
- Camisa conmemorativa.
- Comida hermandad.
- Sorteo.

15 €

IMPORTANTE
LLEVAR CUBIERTOS,
PLATOS Y VASOS
REUTILIZABLES
PARA LA COCINA



Bajamar

ENCUENTRO INSULAR DE SENDERISMO - Las Mercedes 2019 -



PROGRAMA

- 08:00 h: Salida de guagua de Antigua Terminal de Guaguas de La Laguna.
- 08:30 h: Salida de Las Carboneras.
- 14:30 h: Llegada al Pabellón Deportivo de Las Mercedes.
- 15:00 h: Comida de hermandad.
- 17:00 h: Sorteo regalos entre los participantes.
- 18:00 h: Salida de las guaguas para la Antigua Terminal de Guaguas de La Laguna.

**PARA
MAYORES DE EDAD**

Ruta de esfuerzo moderado.
Se recomienda llevar bastones.
No habrá avituallamientos.
Cada participante debe llevar su propio alimento y bebida para la ruta.
Está prohibido tirar o recoger nada de los lugares por donde pasamos.
Está prohibido adelantar al guía de cabeza o ir por detrás del guía de cola.
Cada participante debe de llevarse su propia basura hasta los lugares destinados.
Sólo para montañeros/as federados (licencias 2019 autonómica canaria o FEDME).
Se pedirá la licencia federativa del año en curso al subirse a la guagua.
Se ruega estar media hora antes para pasar lista.
No se esperará, saldremos puntual.
Plazas limitadas (50 participantes).



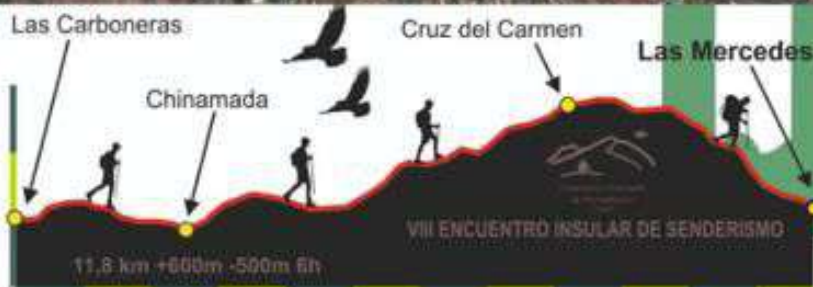
EL PRECIO INCLUYE

- Transporte en guagua (según programa)
- Camisa conmemorativa.
- Comida hermandad.
- Sorteo.

15 €



IMPORTANTE
LLEVAR CUBIERTOS,
PLATOS Y VASOS
REUTILIZABLES
PARA LA COMIDA



Carboneras



HOMICIÁN RUTA 7

12,9 km +1.300m -700m 6,30h



PROGRAMA

- 07:30 h: Salida de guagua de Antigua Terminal de Guaguas de La Laguna.
- 08:00 h: Salida de la Punta Hidalgo.
- 14:30 h: Llegada al Pabellón Deportivo de Las Mercedes.
- 15:00 h: Comida de hermandad.
- 17:00 h: Sorteo regalos entre los participantes.
- 18:00 h: Salida de las guaguas para la Antigua Terminal de Guaguas de La Laguna.

PARA
MAYORES DE EDAD



Ruta de esfuerzo considerado (1.300 m acumulados en positivo).

Se recomienda llevar bastones.

No habrá avituallamientos.

Cada participante debe llevar su propio alimento y bebida para la ruta.

Está prohibido tirar o recoger nada de los lugares por donde pasamos.

Está prohibido adelantar al guía de cabeza o ir por detrás del guía de cola.

Cada participante debe de llevarse su propia basura hasta los lugares destinados.

Sólo para montañeros/as federados (licencias 2019 autonómica canaria o FEDME).

Se pedirá la licencia federativa del año en curso al subirse a la guagua.

Se ruega estar media hora antes para pasar lista.

No se esperará, saldremos puntual.

Piazas limitadas (50 participantes).



IMPORTANTE
LLEVAR CUBIERTOS,
PLATOS Y VASOS
REUTILIZABLES
PARA LA COMIDA



EL PRECIO INCLUYE

Transporte en guagua (según programa)

Camisa conmemorativa.

Comida hermandad.

Sorteo.

15 €



Homicián

