

Un lugar diferente para cada fin de semana:

Península do Morrazo (Moaña)
Serra do Galiñeiro
Peña Trevinca

O aloxamento será:
Cámping de Tirán (Cangas)
Refuxio do Galiñeiro
e Casa Rural A Folerpa (A Veiga , Trevinca)

INFORMACIÓN e INSCRICIÓNS

Club Montañeiros Celtas
Avda. Camelias, 78, oficina k. Vigo

Tfno: 986 438 505 - Fax: 986 912 220
(Podedes facer ingreso bancario na conta número
2080 0000 72 0040260769, de Caixanova, e remitir o
xustificante por fax ao Club)

HORARIO

Luns a Venres
de 19.30 a 21.30 h

¡¡PRAZAS LIMITADAS!!

ORGANIZA

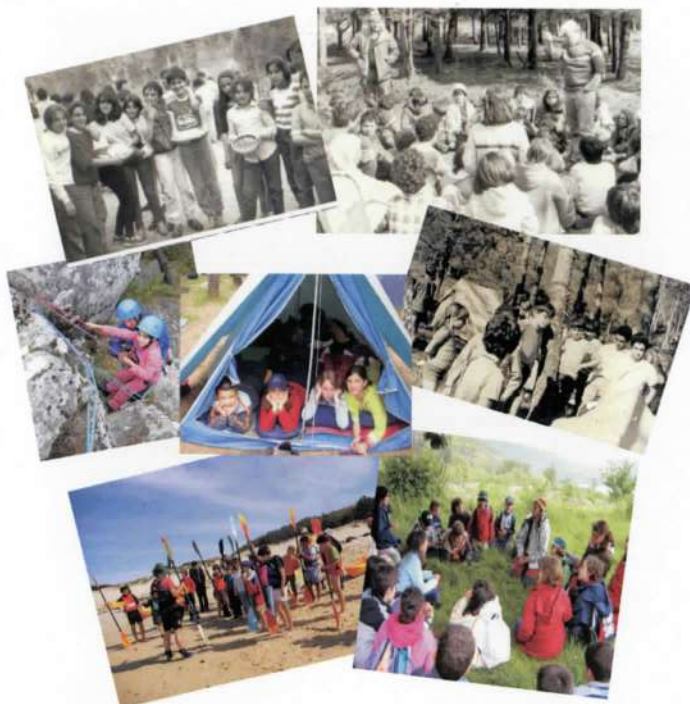


CLUB MONTAÑEIROS CELTAS

Avda. Camelias, 78 - oficina K. 36211 VIGO
Apdo. Correos 1836. 36200 VIGO
Tel: 986 438 505 - Fax: 986 912 220

www.celtas.net
e-mail: info@celtas.net

COLABORAN



Operación Benxamín: ONTE E HOXE

XLV OPERACIÓN BENXAMÍN

45 anos dedicados á
divulgación do montañismo

(Para rapaces de 8 a 16 anos)

MAIO 2012

02-03
XOV
MOAÑA
12-13 SERRA DO GALIÑEIRO
26-27 PEÑA TREVINCA



CLUB MONTAÑEIROS CELTAS
SECCIÓN INFANTIL E XUVENIL

Club Montañeiros Celtas leva 70 anos dedicado a difusión do deporte da Montaña e da Natureza.

A Operación Benxamín vai dirixida a rapaces de entre 8 e 16 anos. O noso principal obxectivo é que coñezan as diferentes modalidades deportivas que actualmente se desenvolven no noso Club. Deste modo poderán gozar do medio que nos rodea en todas as súas facetas, dunha maneira divertida, amena e sobre todo con moito respecto á natureza.

Esta é a XLV Operación Benxamín. Todos os que colaboran neste proxecto son persoas con experiencia e dedicación avalada polo Club. Pensamos que os rapaces teñen o futuro nas súas mans, e por iso é moi importante que aprendan a coñecer o medio que lles rodea, porque só así poderán apreciarlo, quereilo e protexelo

PREZO de todo o curso:

Socios: 75 EUROS

(Dous irmáns socios: 60 EUROS cada un)

Non socios: 94 EUROS

IMPRESCINDIBLE e AUTORIZACIÓN PATERNA da FGM

MATERIAL NECESARIO

- Comida, prato, cubertos e cantarriño.
- Mochilas (grande e pequena).
- Saco de dormir e esteira.
- Botas de montaña e calzado de reposto.
- Roupa cómoda (chandal. Non vaqueiros).
- Calcetíns (finos e grosos).
- Chubasqueiro.
- Roupa de abrigo: anorak, gorro...
- Gorra e buf.
- Lanterna e cantimplora.
- Protección solar: crema e gafas
- Bañador e toalla

FAITI A MOCHILLA e saberás o que levas e onde está

IMPORTANTE A TER EN CONTA:

- É imprescindible levar ROUPA E CALZADO DE REPOSTO (por se nos mollamos).
- O CHUBASQUEIRO debe levarse sempre, inda que faga bo tempo.
- NON LEVES COUSAS COLGANDO polo exterior da mochila, podes perdela ou rompela.
- Nos esquecer a MEDICACIÓN que estades tomando... ALIMENTACIÓN. DEBES LEVAR AS COMIDAS DE TODOS OS SÁBADOS E DOMINGOS, TAMÉN ALGO PARA PICAR NAS ACTIVIDADES.
- OS ALMORZOS, E AS CEAS CORRERÁN A CARGO DA ORGANIZACIÓN. (O neno/a que non poida tomar leite terá que INDICALO NA FICHA MÉDICA).
- Cando escollas a COMIDA lembra que na Montaña debe ser alimenticia, de doada dixestión, APETECIBLE e facilmente transportable. Por exemplo: tortilla de patacas, bistés empanados, pescado frito, empanadillas, sandwiches ou bocadillos, CHOCOLATE, FROITOS SECOS, GALLETAS, queixo e froita QUE AGUANTE.
- Aseo. É recomendable levar un neceser con xabón, toalla, cepillo e pasta de dentes... E Non esquecer a medicación necesaria, de estar a tratamento.
- Non se pode levar móbil, aparellos de música, videoxogos e similares.

PROGRAMA BÁSICO (Máis información no Club)

PRESENTACIÓN VENRES 4 DE MAIO

às 20.00 horas no local social do Club

0208 XUNTA MOAÑA

Salida sábado às 9.45 deonde Estación Marítima

Regreso domingo às 20.00 nno mesmo sitio

Coñeceremos novas sendas Pola Península do Morrazo

Aprenderemos a navegar en Kayac e miraremos as covas de Tirán



12-13 Maio- SERRA DO GALINEIRO.
Salida sábado às 9:15 h deonde o Club
Regreso Domingo às 20.00 h ao mesmo sitio

Gabearmos polas penedos como intrépidos escaladores
Coñeceremos novas sendas pola Serra e
Ollaremos as estrelas pola noite



26-27 Maio- PEÑA TREVINCA (Ourense)
Salida sábado às 9.30 deonde o Club
Regreso domingo às 20.00 horasao Club

Percoreremos sendas de media montaña, recoñecendo un dos
ecosistemas típicos de Galicia.



Visitaremos a aldea de A Ponte, onde aprenderemos a facer pan
Faremos xogos nocturnos na búsqueda de aventuras

CLAUSURA

8 de xuño às 20.00 H

NO CLUB.

Forse un RESUMO das actividades, con PROXECCIÓN DE FOTOGRAFÍAS