

GRUPO DE SENDERISMO DE COGAM

Calendario de excursiones del 1er. Semestre de 2008

Actualizado a 26 de Marzo de 2008



ENERO

Domingo 13 De San Rafael al valle del río Moros	<u>Dificultad:</u> Media <u>Organiza:</u> Javi y Agus <u>Inscripción:</u> miércoles 2 al miércoles 9 de Enero
Sábado 19 La Peñota	<u>Dificultad:</u> Media / Alta <u>Organiza:</u> Javi y Josu <u>Inscripción:</u> martes 8 al miércoles 16 de Enero
Domingo 27 Embalse de La Pinilla	<u>Dificultad:</u> Baja <u>Organiza:</u> Josefa <u>Inscripción:</u> lunes 14 al miércoles 23 de Enero

FEBRERO

Sábado 2 Monte Catalina en Valdequeda (Madrid)	<u>Dificultad:</u> Media <u>Organiza:</u> Lola y Ana <u>Inscripción:</u> lunes 21 al miércoles 30 de Enero
Sábado 9 Peñalara	<u>Dificultad:</u> Media <u>Organizan:</u> Luismi y Juan Luis L. <u>Inscripción:</u> lunes 28 Enero al miércoles 6 Feb.

Sábado 16 | Dificultad: Media
Las Machotas | Organiza: Javier G.
Inscripción: lunes 4 al miércoles 13 de Febrero

Sábado 23 | Dificultad: Media / Baja
Río Cofio | Organizan: Javi y Agus
Inscripción: lunes 11 al miércoles 20 de Febrero

Domingo 24 | Dificultad: Media
Por los Cortados de Uña | Organizan: Juanjo
(CUENCA) | Inscripción: lunes 11 al miércoles 20 de Febrero

MARZO

Sábado 1 | Dificultad: Media
Sierra de Ayllón | Organizan: Bea y Sole
(SEGOVIA) | Inscripción: lunes 18 a miércoles 27 de Febrero

Días 7, 8 y 9 | Dificultad: Media
El Bierzo-Valdeorras- | Organizan: Joseban
Piedrafita do Cebreiro | Inscripción: lunes 28 de Enero a lunes 11 de Feb.
Pago Reserva: lunes 11 de Febrero

Domingo 16 | Dificultad: Media / Alta
Monte Abantos | Organizan: Javier G.
Inscripción: lunes 3 a miércoles 12 de Marzo

Días 19,20,21,22 y 23 | Dificultad: Media
Los Cañones del Sil | Organizan: Jesús, Adam, Javi y Agus
(Galicia) | Inscripción: lunes 11 al lunes 25 de Febrero
Pago Reserva: lunes 25 de Febrero

Días 28, 29 y 30 | Dificultad: Alta
De Tus a Riopar por el Argel | Organizan: Carlos L.
(Albacete) | Inscripción: lunes 18 Febrero a lunes 3 Marzo
Pago Reserva: lunes 3 de Marzo

SÁBADO 29 | Dificultad: Media
La Cabrera (Madrid) | Organizan: Malena e Inés
Inscripción: lunes 17 a miércoles 26 de Marzo

ABRIL

Días 4,5 y 6 | Dificultad: Media
Los Ibores (Cáceres) | Organizan: Chema
Inscripción: lunes 18 Febrero a lunes 3 Marzo
Pago Reserva: lunes 3 de Marzo

Sábado 12 | Dificultad: Media
De Navacerrada al Montón de Trigo | Organizan: Mario
por los Siete Picos | Inscripción: lunes 31 Marzo a miérc. 9 de Abril

Días 18, 19 y 20
Cieza y el Valle del Ricote (Murcia)

Dificultad: Media
Organizan: Pedro José C. y Flavio
Inscripción: lunes 10 a lunes 24 de Marzo
Pago Reserva: lunes 24 de Marzo

Sábado 19
La Pedriza

Dificultad: Media
Organizan: Fabiola
Inscripción: lunes 7 a miércoles 16 de Abril

Sábado 26
Nacimiento del Manzanares (desde Navacerrada por la Bola del Mundo)

Dificultad: Media
Organizan: David B.
Inscripción: lunes 14 a miércoles 23 de Abril

Domingo 27
Pontón de la Oliva y las Cárcavas

Dificultad: Media
Organizan: José Luis, Eugenio, Juan, y Julio
Inscripción: lunes 14 a miércoles 23 de Abril

MAYO

Días 30/abril y 1,2,3 y 4/mayo
Cazorla

Dificultad: Media/Alta
Organizan: Alberto F, José M. y Marcos M.
Inscripción: lunes 17 a lunes 31 de Marzo
Pago Reserva: lunes 31 de Marzo

Días 9, 10 y 11
Naturaleza, relajación y arte en el Cañón del Río Dulce (Guadalajara)

Dificultad: Media
Organizan: Juan Luis E. / Iñaki
Inscripción: lunes 24 de Marzo a lunes 7 de Abril
Pago Reserva: lunes 7 de Abril

Sábado 10
De Navacerrada a la Estación de El Espinar

Dificultad: Alta
Organizan: Mario
Inscripción: lunes 28 de Abril a miérc. 7 de Mayo

Días 14, 15, 16, 17 y 18
Mulhacén y Siete Lagunas (Granada)

Dificultad: Media
Organizan: Antonio H.
Inscripción: Lunes 7 de Abril a lunes 21 de Abril
Pago Reserva: Lunes 21 de abril

Días 23, 24 y 25
Urkiola-Arrasate (Guipúzcoa)

Dificultad: Media
Organizan: Begotxu y Luis Ángel
Inscripción: lunes 14 a lunes 28 de Abril
Pago Reserva: lunes 28 de Abril

Sábado 24
Castro Chamartín (Ávila)

Dificultad: Baja
Organizan: Teresa Y.
Inscripción: lunes 12 a miércoles 21 de Mayo

JUNIO

Días 6, 7 y 8
**Nacimiento del Río Júcar y Alto Tajo
(II)**

Dificultad: Media

Organizan: Juanjo y Flavio

Inscripción: lunes 28 de Abril a lunes 12 de Mayo

Pago Reserva: lunes 12 de Mayo

Sábado 7
**Cotos-Pico Peñalara-Cresta Claveles-
Laguna de los Pájaros-Cotos**

Dificultad: Alta

Organizan: Javi C.

Inscripción: lunes 26 de Mayo a miérc. 4 de Junio

Días 13, 14 y 15
Gredos

Dificultad: Alta

Organizan: Mario, Bea, Luismi y Josefa

Inscripción: lunes 5 de Mayo a lunes 19 de Mayo

Pago Reserva: lunes 19 de Mayo

Días 20, 21 y 22
Txindoki (Guipúzcoa)

Dificultad: Media / Alta

Organizan: Begotxu y Marisa

Inscripción: lunes 12 de Mayo a lunes 26 de Mayo

Pago Reserva: lunes 26 de Mayo

¡IMPORTANTE!

- No es imprescindible ser soci@ del COGAM para participar en las excursiones y demás actividades, pero se dará prioridad a l@s soci@s si faltan plazas.
- En todas las excursiones las plazas son limitadas. Si no vas a cumplir con las diferentes rutas programadas por organizador/a de cada excursión, deja tu plaza a otra persona.
- Antes de inscribirte consulta la información específica de cada salida que encontrarás en el tablón de anuncios o en la página web de COGAM desde el inicio del plazo de inscripción.
- Inscríbete en persona o a través de un@ amig@ los lunes de 19,30 a 21,00 horas en la reunión del grupo de senderismo que se anuncia en www.cogam.es y los demás días dentro del plazo llamando al GAY-INFORM / LINEA LESBOS (91 523 00 70).
- La programación de excursiones se actualiza constantemente en la página web. Si la tienes impresa puede estar desactualizada. Consulta en www.cogam.es ó en el teléfono GAY-INFORM / LINEA LESBOS antes de apuntarte a alguna.
- Existe una oferta suficiente para que elijas las excursiones que se adecuen a tu forma física.
- Si vas a participar en alguna salida de alta montaña es recomendable que estés federad@.
- Si tienes cualquier consulta o comentario, dirígete a senderismo@cogam.es



**COLECTIVO DE LESBIANAS, GAYS, TRANSEXUALES
Y BISEXUALES DE MADRID**

Puebla 9, bajo

Tel.: 91 522 45 17

E-mail: correo@cogam.es

<http://www.cogam.es>

**Información e inscripción:
GAY-INFORM/LINEA LESBOS 91 523 00 70**

COGAM es integrante de la FELGT y forma parte de ILGA
Entidad en Convenio con la Consejería de Servicios Sociales de la CAM