

**SENDAS DE RICOTE**

Volvemos a la Sierra de Ricote que tan buen sabor de boca nos dejó la última vez, para en esta ocasión disfrutar de sus maravillosas sendas.

<b>FECHA</b>	17 de Enero 2015	
<b>SALIDA</b>	10 h Ricote. Avenida Miguel de Cervantes a salida del pueblo.	
<b>ITINERARIO</b>	Saldremos de Ricote buscando la primera senda del día, que nos dará unas espectaculares vistas sobre el embalse de Ojos sobre la sierra de la Umbria. Desde la Casa Forestal cogeremos la pista que nos lleve a la senda que nos servirá para ascender y recorrer la Sierra de Ricote. El 80 % de la ruta está compuesto por sendas. El desnivel acumulado es de unos 1000 metros.	
<b>DISTANCIA</b>	<b>30 kilómetros</b> aproximadamente	
<b>DURACIÓN</b>	<b>3 horas de marcha y media hora de parada y fonda</b>	
<b>DIFICULTAD</b>	<b>FÍSICA</b>	Media. Algunos tramos muy empinados y estrechos.
	<b>TÉCNICA</b>	Media. Unos 300 metros no ciclables.
<b>COSTE</b>	Ninguno.	
<b>INSCRIPCIÓN</b>	No	
<b>RECOMENDACIONES</b>	<b>Bicicleta de montaña con frenos en buen estado, bidón de agua, algo de comer, frutos secos o barritas energéticas.</b>	
<b>MÁS INFORMACIÓN</b>	<b>Teléfonos de contacto:</b> Alfonso 626494907	
	<b>Correo de contacto:</b> <a href="mailto:taller@murciaenbici.org">taller@murciaenbici.org</a>	

**IMPORTANTE:**

**Os informamos de que el actual Reglamento de Circulación obliga (por el momento) al uso del casco en vías interurbanas. No obstante, en este tipo de rutas, mucho más complicadas, recomendamos su uso, ya que consideramos que es un elemento imprescindible para nuestra seguridad.**

***Esta ruta se convoca como una salida de amigos. Todos los asistentes son responsables de su propia seguridad y de cumplir las normas de tráfico.***

*establecidas.*

***Participar en la ruta supone aceptar estas normas y exime a los organizadores de toda responsabilidad.***

**MUCHAS GRACIAS. OS ESPERAMOS EN LA SALIDA**