

Federação de Campismo e Montanhismo de Portugal

MARCHA DE VERÃO

9 e 10 de Junho

Cerva



Comunicado de Imprensa

Federação de Campismo e Montanhismo de Portugal,
Avenida Coronel Eduardo Galhardo, nº 24 D, 1199-007 Lisboa,
Telefone: 218 126 890/1 – Fax: 218 126 918
comunicacao@fcportugal.com

Programa

Local: Cerva

Ponto de encontro e secretariado - Parque de Campismo de Bragadas
(Ribeira de Pena)

09 de Junho - Sexta-Feira

18.00h - Abertura do Secretariado

- Confirmação das inscrições

22.00h - Encerramento do Secretariado

10 de Junho - Sábado

09.00h - Reabertura do Secretariado

- Inscrições de última hora e entrega de lembranças individuais

10.00h - Partida para o local da marcha em autocarro

11.00h - Início da Marcha

16.30h - Final da Marcha

17.00h - Regresso de autocarro ao parque

18.30h - Lanche/convívio

- Entrega de lembranças aos clubes representados

19.30h - Encerramento das actividades

Características

- **Caminhos** - tradicionais e de montanha
- **Desníveis** - pouco acentuados
- **Distancia** - 10 Km
- **Tipo de percurso** - desportivo, ambiental e cultural
- **Nível de dificuldade** - médio

Recomendações para uma boa marcha

- Calçado cómodo e já habituado ao pé, preferencialmente botas de marcha;
- Peúgas macias, sem costuras;
- Protecção para a cabeça, roupa adequada ao estado do tempo;
- Um impermeável ou roupa de abafo (a situação climatérica em montanha é imprevisível);
- Uma pequena mochila com farnel.

Inscrições

1- As inscrições e respectivo pagamento devem dar entrada na sede do Clube de Campismo e Caravanismo de Matosinhos até dia **05 de Junho de 2005**.

2- Às inscrições entradas depois desta data não se garante lembrança individual nem seguro de acidentes pessoais devendo o risco ser assumido pelo praticante.

3- As fichas de inscrição estão disponíveis no site da FCMP.

Taxas de Inscrição

(**Inclui:** participação na actividade, lembrança individual, documentação, seguro, jantar e alojamento no parque [electricidade não incluída])

Praticantes federados c/ Carta de Montanheiro	€ 10,00
Praticantes federados c/ Carta Campista Nacional c/ seguro Modalidade E	€ 10,00
(Abrangido pelo seguro da respectiva Modalidade A, B, C, D ou E)	
Praticantes federados c/ Carta Campista Nacional s/ seguro Modalidade E	€ 15,00
(Inclui seguro específico para a actividade, desde que cumpram as condições referidas no ponto 1)	
Praticantes não federados	€ 20,00
(Inclui seguro específico para a actividade, desde que cumpram as condições referidas no ponto 1)	
Praticantes menores de 16 anos (inc.)	Isentos
(Inclui seguro específico para a actividade, desde que cumpram as condições referidas no ponto 1)	

Às inscrições entradas depois daquela data não se garante seguro de acidentes pessoais, devendo o risco ser assumido pelo praticante.

Às inscrições entradas no prazo estipulado, será concedido um **desconto de 50%**

Organização



Patrocinador Oficial



Apoio

hoje, melhor do que ontem



AUTOSTAR CARAVELAIR 

challenger



ETIQUETAS METÁLICAS
vaz de carvalho & soares, lda.

Contactos

Clube de Campismo e Caravanismo de Matosinhos

Avenida Senhora da Hora, S/N (Edifício Ex-GNR)

Senhora da Hora - Matosinhos

Tel./ Fax: 229 539 757

Telm.: 916179040 (Paulo), 938314913 (Abílio), 964045113 (Lopes)