

# 15 de Julio de 2017

## NUEVA EDICIÓN : "NAVEGACIÓN AL ATARDECER EN LAS FRAGAS DEL EUME"

Para apuntarte o informarte llama al 671.497.147  
o en el e-mail: [cdfragasdoeume@gmail.com](mailto:cdfragasdoeume@gmail.com)

### Programa:

#### Sábado:

**19:15-19:45** Reunión en el punto de salida (Eiras, Lagares-Monfero)

**20:00 Salida en kayak (Ojo, la salida a la navegación será puntual)**, navegaremos aproximadamente entre 1 h 30 min a 2h por el embalse del Eume, viendo el atardecer en las fragas y la tranquilidad de ese momento, así como la puesta de sol si el tiempo lo permite, con paradas de descanso y reagrupación y explicación del entorno. Tomaremos un tentempié a medio camino durante la puesta de sol y vuelta a la base.

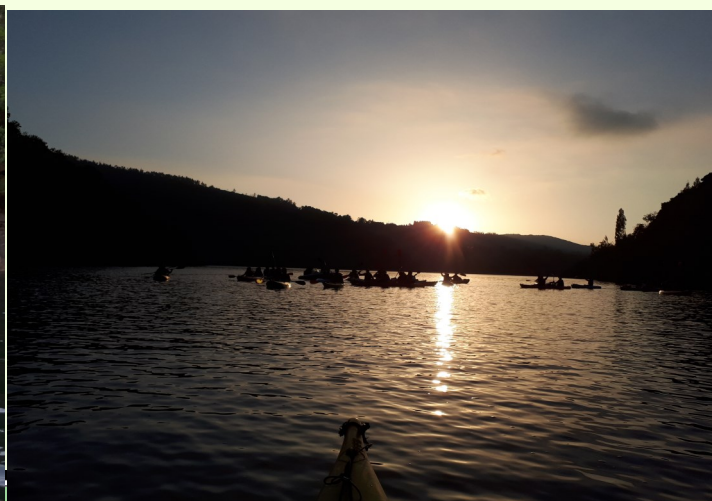
**22:30** Retorno a la base. Tiempo para un chapuzón quien lo desee (temperatura del agua estimada entre 20-23°),

**22:30-23:30 en adelante** Queimada, bolla, opiniones, charla coloquio...

Fragas do Eume Kaiak, aporta los kayak, palas, chalecos, tentempié y queimada, además varios monitores supervisarán el desarrollo de las actividades.

*Cuota de inscripción: 15€ /persona (se abonará al inicio la actividad).*

*Plazo de inscripción abierto hasta agotar existencia de plazas.*



# EQUIPAMIENTO ACONSEJABLE

## DURANTE LA NAVEGACIÓN:

Durante la navegación aconsejamos traer:

- \* Camiseta de manga corta o manga larga
- \* Sudadera, cortavientos o maillot de montaña fino...
- \* Bañador, chándal o mallas térmicas
- \* Zapatillas de deporte, chanchas de sujeción a tobillo o esarpines

- También es válida y aconsejable la opción de neopreno, con camiseta por abajo, por si la temperatura es alta poder bajar la parte superior. Este en sustitución del anterior equipamiento.

Según el confort térmico, cada cual ha de elegir su opción entre lo aconsejable.

## AL FINALIZAR LA NAVEGACIÓN:

Quien lo desee tendrá tiempo para un baño, por lo tanto bañador y toalla.

Al finalizar la parte de agua, en la mochila debemos llevar una muda completa en la que no falte ropa de abrigo como pantalón largo, sudadera y/o cazadora.

Disponemos de casetas para cambiarse y dejar la ropa de cambio durante la navegación.