

## INFORMACIÓN E INSCRICIÓN:

**No Concello de Ares ( Alianza):**  
teléfono 981448057  
Páxina web: [www.concellodeares.com](http://www.concellodeares.com).

**No Concello de Mugardos:**  
teléfono 981470338. Ext.3.  
Páxina web: [www.concellodemugardos.com](http://www.concellodemugardos.com).

Para a rota de BTT " Entre dúas Rías", tamén é posible inscribirse en:

Internet nas páxinas web de [www.bimares.net](http://www.bimares.net), e [www.clubciclistaferrol.es](http://www.clubciclistaferrol.es) así como nos locais sociais das dúas sociedades.

Tamén nos teléfonos móbiles  
696768494-639889007  
e nos Telf. e Fax  
981327662-981448439

## PREZOS:

Os ingresos realizaranse facendo constar o nome/s do/s participantes así como a actividade na que participa, e enviar xustificante de dito pago por Fax/correo ou entregala persoalmente nos lugares antes indicados.

- Rota en canoa:  
10 € c/u. na conta  
0182-5260-91-0000038309 do BBVA.
- Rota a cabalo:  
8 € c/u. na conta  
2091-0225-803040010386 de Caixa Galicia.
- Rota de BTT " Entre dúas Rías":  
12 € ( non federados 8 € máis) na conta  
2091-0211-27-3000065434 de Caixa Galicia.
- Rota de sendeirismo:  
6€ na conta  
2091-0205-39-3040013055 de Caixa Galicia.

## Patrocinan



## Colaboran



## ORGANIZAN



Concellos de Ares e Mugardos

# Por Terra, Mar e Aire



## maio e xuño 2008



## Rota en btt. "Rota entre dúas Rías"



**24 de maio:**

### “Canoa na Ría de Mugardos”

**Horario:** De 10 a 13 horas.

**Descrición da actividade:** Actividade para iniciar e perfeccionar ou desprazamento en canoa, dende o Club do Mar de Mugardos.

**Dirixido a:** Maiores de 12 anos con permiso de pais/nais/titores.

**Observacións:** Imprescindíbel saber nadar. Chanquetas, pantalón curto, camiseta, toalla e viseira.

**Nº prazas e inscrición:** 20 prazas. Nas OMIX de Ares e Mugardos. Ata as 19 h. do xoves 22 de maio.

**Dirixe a actividade** o Club Firrete de Pontedeume.

**25 de maio:**

### “Rotas a cabalo polo Belelle”

**Horario:** Dúas quendas de 17,30 a 18,30 e de 18,30 a 19,30.

**Descrición da actividade:** Posibilidade de percorrer a cabalo a zona do Belelle durante unha hora con guía en grupos de ata 7 persoas.

**Dirixido a:** Maiores de 12 anos con permiso de pais/nais/titores.

**Observacións:** Roupa cómoda, calzado axeitado. Desprazamento por conta do participante.

**Nº prazas e inscrición:** 14 prazas en total, 7 en cada quenda . Nas OMIX de Ares e Mugardos. Ata as 13 h. do venres 23 de maio.

**Dirixe a actividade** a Escola de Equitación Belelle de Neda.

**31 de maio:**

### “Canoa na Ría de Ares”

**Horario:** De 10 a 13 horas.

**Descrición da actividade:** Actividade para iniciar e perfeccionar ou desprazamento en canoa, dende ou Club Náutico Ría de Ares.

**Dirixido a:** Maiores de 12 anos con permiso de pais/nais/titores.

**Observacións:** Imprescindíbel saber nadar. Chanquetas, pantalón curto, camiseta, toalla e viseira.

**Nº prazas e inscrición:** 20 prazas. Nas OMIX de Ares e Mugardos. Ata as 19 h. do xoves 29 de maio.

**Dirixe a actividade** o Club Firrete de Pontedeume.

**1 de xuño:**

### Rota en btt. “ Rota entre dúas Rías”

**Horario:** De 9 horas en diante. Dende o Pavillón Deportivo Municipal de Ares.

**Descrición da actividade:** Trátase da décima edición da rota intermunicipal de bicicleta de montaña. A rota ten 40 km de percorrido, de dificultade media-alta, con saída e chegada nesta ocasión ó Concello de Ares, concretamente ó seu Pavillón Deportivo Municipal, onde non remate terá lugar un pincho para os participantes. Entregaranse agasallos a todos os participantes así como ó máis novo, ó máis veterano, ó club máis numeroso e o club de máis lonxe. Haberá avituallamentos en rota, ademais de guías en todo ou percorrido, ambulancia, mecánico, lava bicicletas, despachos de billetes e duchas.

**Dirixido a:** Para maiores de 15 anos con Licencia Federativa. No caso de non dispor da Licencia deberán pagar 8 € e presentar autorización.

**Observacións:** Nº prazas e inscrición: 200 prazas. Prezo da inscrición 12 €. Ata o venres 30 de maio ás 14 h. nas OMIX de Ares e Mugardos, por Internet nas páxinas web de [www.bimares.net](http://www.bimares.net), e [www.clubciclistaferrrol.es](http://www.clubciclistaferrrol.es) así como nos locais sociais das dúas sociedades. Tamén nos teléfonos móbiles 696768494-639889007 e nos Tel. e fax 981327662-981448439. Sempre e cando haxa prazas poderán inscribirse o mesmo día da rota cun incremento de 3€ no prezo establecido.

**Dirixe a actividade** a Asociación Recreativa Bimares ca colaboración do Club Ciclista Ferrol.



**1 de xuño:**

### “Rotas a cabalo polo Belelle”

**Horario:** Dúas quendas de 17:30 a 18:30 e de 18:30 a 19:30.

**Descrición da actividade:** Posibilidade de percorrer a cabalo a zona do Belelle durante unha hora con guía en grupos de ate 7 persoas.

**Dirixido a:** Maiores de 12 anos con permiso de pais/nais/titores.

**Observacións:** Roupa cómoda, calzado axeitado. Desprazamento por conta do participante.

**Nº prazas e inscrición:** 14 prazas en total, 7 en cada quenda . Nas OMIX de Ares e Mugardos. Ata as 13 h. do venres 30 de maio.

**Dirixe a actividade** a Escola de Equitación Belelle de Neda.



**15 de xuño:**

### “Rota de sendeirismo Mugardos-Ares”

**Horario:** De 9:30 h. en diante. Dende o Pavillón Deportivo Municipal de Mugardos.

**Descrición da actividade:** Trátase da décima edición da rota intermunicipal de sendeirismo, de 25 km de percorrido, de dificultade media-baixa, con saída e chegada nesta ocasión ó Pavillón Deportivo Municipal do Cristo no Concello de Mugardos, ó remate terá lugar un pincho e entregárase un agasallo para os participantes. Haberá avituallamentos en rota, ademais de guías en todo o percorrido.

**Dirixido a:** Maiores de 12 anos con permiso de pais/nais/titores.

**Observacións:** Botas de montaña ou calzado forte, chufasqueiro, mochila pequena.

**Nº prazas e inscrición:** 100 prazas. Prezo da inscrición 6 €. Ata as 13 h. do venres 13 de xuño nas OMIX de Ares e Mugardos. Sempre e cando haxa prazas poderán inscribirse o mesmo día da rota cun incremento de 2 € no prezo establecido.

**Dirixe a actividade** a Agrupación de Montaña i Escalada Bestarruza de Mugardos.