



SAÍDA GRUPO ESCALADA Julho 22 e 23

Escalada Portalegre / Sector - Sr^a. da Penha

A escola da Senhora da Penha é uma crista quartzítica dominante que se desenvolve no sentido SE-NW com sol de manhã (até às 11h00) e sombra pela tarde. Ótima para os dias quentes. Fica na serra da Penha mesmo em frente a Portalegre. A falésia tem uma altura máxima de 20 metros e permite uma escalada técnica, vertical, de regletes e aplates numa rocha de boa aderência mas muito fraturada. Existem dezenas de vias bem equipadas e de graus bastante acessíveis.

Ponto de encontro: Setúbal, junto à escola do Aranguez, sábado dia 22 às 7:00h

- Pernoita é feita em tendas junto às vias de escalada

- Esta actividade é aberta só a associados com as quotas em dia.

CUSTOS:

Sócios sem Licença Desportiva actualizada – 5€ (seguro)

Sócios com a Licença Desportiva actualizada – gratuito

- * *As despesas de deslocação e estadia são por conta própria dos participantes.*
- * *O Combustível e portagens será dividido por todos*
- * *Alimentação é da responsabilidade de cada um*

- **Inscrições Obrigatórias até 19 Julho em** [:cma@cmarrabida.org](mailto:cma@cmarrabida.org)

- **Limite de inscrições só para associados do CMA**

Coordenador responsável da actividade: **Nuno Mestre** - 968475864