

Pedestrianismo | 4 Agosto 2018 | Serra do Louro

Percurso Pedestre Nocturno *"OLHOS na NOITE"*

Este percurso leva-nos a percorrer a Serra do Louro e o Vale de Barris em Palmela, avistando uma paisagem que se estende até às luzes de Lisboa. Com passagem pelos moinhos de vento, teremos acesso à paisagem nocturna sobre a serra de São Luís e o Vale de Barris a sul e a norte toda a Península de Setúbal desde Almada até Palmela com o seu castelo iluminado!

Dados Técnicos

Ponto de encontro: Em Palmela, junto à estação da Rodoviária
coordenadas GPS – 38°34'14.00"N – 8°54'18.95"W

Hora de encontro: 21h30 | **Saída para percurso:** 22:00h | **Duração aprox.:** 3:30h

Grau de dificuldade: fácil – 2 (0-5) | **Topologia:** circular | **Distância aprox.:** 11 km

Não esquecer:

- Levar frontal ou lanterna e conjunto de pilhas/bateria suplente – **obrigatório**
- Levar roupa e calçado apropriado e confortável, sendo o calçado de sola aderente
- Levar água q.b. e uma pequena merenda (fruta / barra energética etc...)
- Levar um corta vento (agasalho / blusão)
- Boa disposição e uma máquina fotográfica servirão para guardar boas memórias!

Custos inscrição

- Sócios CMA com quotas em dia; praticantes com Licença FCMP (seguro modalidade A,B, C, D ou E: gratuito)
- Praticantes não associados CMA; sem Licença FCMP : 4€ (para activação seguro desportivo Liberty Seguros)

Inscrições limitadas e obrigatórias até 1 de agosto (podem encerrar antes da data)

NIB CMA: 003600439910018875487

As inscrições podem ser pagas via transferência bancária ou na sede CMA: 4ª. feira 19h às 21h.
Em caso de pagamento por transf. bancária, envie-nos por email o comprovativo com o seu nome.

Inscrições online em <http://www.cmarrabida.org/inscricaoaproxactividade.html>

Clube de Montanhismo da Arrábida

Rua Alameda do Pinheiro, nº 6 cv-tz | 2910-901 SETÚBAL

Tel/Fax 265724345 | Tlm 925009184

cma@cmarrabida.org | www.cmarrabida.org | [facebook.com/cmarrabida](https://www.facebook.com/cmarrabida)

