

Pedestrianismo | 29 Janeiro | Sesimbra

ROTA do Cabo

Pontos de interesse: Cabo Espichel, Santuário de N^a Senhora do Cabo Espichel (também conhecido por Santuário de N^a Senhora da Pedra Mua), pegadas de dinossauro do período Jurássico, Farol, Forte da Baralha (falésias), Azóia.

Dados Técnicos

- Hora e Ponto de encontro: 09h30 | Cabo Espichel
- Início: 09h30 | Fim 14h
- Duração (tempo de marcha): 4 horas | Distância: 12 Kms
- Grau de dificuldade: Baixa | Topologia: Circular
- Tipo de Terreno: 100% em trilhos e estrada de terra batida.

A não esquecer

- Calçado confortável com sola aderente, chapéu, roupa adequada ao tempo, protector solar, água, merenda leve, câmara fotográfica e boa disposição.

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 24 Janeiro

(podem encerrar antes, caso seja atingido o número máximo de participantes)

NIB CMA: 003600439910018875487

As inscrições podem ser pagas via transferência bancária, ou na sede CMA: 4^a. 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/inscricaoproxactividade.html>

- * Por razões de ordem climatérica, alheios à nossa organização, a actividade poderá ter de ser cancelada.

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)

