

MATERIAL RECOMENDABLE

- Mochila (cargada como máximo con 1/5 parte de tu peso)
- Botas de montaña
- Ropa de abrigo, chubasquero
- Calcetines y ropa deportiva
- Guantes
- Gorro/a para el frío/sol
- Gafas de sol
- Crema solar y de labios
- Botella de agua
- Comida ligera
- Bastón
- Polainas
- Licencia federativa



Vicerrectorado de Estudiantes
Servicio de Deportes

Montaña

Calendario de actividades

Información:

Servicio de DEPORTES

987 29 13 46 / 987 29 19 32

deportes@unileon.es

<http://www.unileon.es/servicios/deportes/>

Inscripciones:

<https://actividades.deportes.unileon.es/>

2012

Senderismo

21 enero	Canseco - Piornedo
18 febrero	Sosas de Laciana - El Cornón - Lumajo
10 marzo	Piedrafita la Mediana - Braña Caballo - Millaró
31 marzo	Cuatro Pueblos (Valbuena del Roblo - Viego - Primajas - Corniero)
28 abril	La Braña - Lago de la Braña - Peña Trevinca - Laguna de los Peces
12 mayo	La Cueta - Orniz - Lagos de Somiedo - Torrestío
2 junio	Tornos de Liordes - La Padiorna - El Cable (teleférico de Fuente Dé)
23 y 24 junio	Vegarredonda:
(23)	Lagos de Covadonga - Refugio de Vegarredonda
(24)	Refugio de Vegarredonda - Posada de Valdeón
15 septiembre	San Martín de Teverga - Proaza (Senda del Oso – Bicicleta)
29 septiembre	Soto de Sajambre - Canto Cabronero - Soto de Sajambre
27 y 28 octubre	Vegabaño:
(27)	Panderruedas - Pico Jario - Vegabaño
(28)	Vegabaño - Pantano de la Jocica - Amieva
17 noviembre	Vegarada - Pico Mediodía - Vegarada