

PUGEM PER TU, DONA!

CONMEMORACIÓ DEL DIA INTERNACIONAL DE LA DONA

10 DE MARÇ
2024

CIMS PER LA IGUALTAT

ALMENARA (CASTELLÓ)

**ACTIVITAT PER A
DONES I HOMES**



PREU

PERSONES MAJORS: 5€ FEDERADES - 14€ NO FEDERADES

PERSONES MENORS: GRATIS FEDERADES - 7€ NO FEDERADES

RECORREGUT:

13 KMS APROX - 536 DE DESNIVELL

MARJAL D'ALMENARA - CASTELL D'ALMENARA

PUIG DEL CID - MUNTANYA BLANCA

+ INFO EN WEB FEMECV, NOTÍCIA I FULLET

ORGANITZA:



**INSCRIPCIONS EN LA
TENDA FEMECV
FINS AL 6 DE MARÇ**



COL·LABORA:



**TOT EL RECAPTAT
ANIRÀ DESTINAT A**



RUTA 10 DE MARÇ- CIMS PER LA IGUALTAT

RUTA PER A DONES I HOMES

LEMA DE LA RUTA: PUGEM PER TU, DONA.

El 8 de març commemorem el Dia Internacional de la Dona, una data de summa importància, que ens ofereix l'oportunitat de visibilitzar i reconèixer en grau més alt, el paper que exercim les dones en la societat.

Les dones que practiquem esport de muntanya ens enfrontem a nombrosos desafiaments en el nostre dia a dia. En aquesta jornada reivindicuem:

- Més conciliació i corresponsabilitat
- Major poder de decisió i lideratge
- Més programes de formació
- Impulsar el relleu generacional

Amb les activitats que es realitzen des de la FEMECV, que té una Vocalia exclusivament dedicada a la dona muntanyenca en totes les seues disciplines, es pretén aconseguir cada vegada més objectius promovent el gaudi de totes i tots.

Les nostres muntanyes són la nostra passió i el nostre desig, per això hem programat aquesta activitat que uneix l'esforç per a aconseguir el cim, la solidaritat del grup, la seguretat d'aquest i la igualtat entre les persones. Hem d'esforçar-nos perquè el nostre esport avance amb pas ferm i segur, igual que nosaltres.

En aquesta edició de cims per la igualtat i amb l'ajuda i col·laboració del **CLUB DE MUNTANYA XTREM D'ALMENARA**, que solidàriament s'ofereix a guiar-nos en la ruta, farem un bonic recorregut per aquesta bonica població amb un extens patrimoni històric:

Marjal d'Almenara - Castell d'Almenara - Puig del Cid - Muntanya Blanca

Interessant ruta amb un gran patrimoni històric i natural, que anirem descobrint al llarg del recorregut, que podem dividir en tres parts diferents i unides per trams en comú.

- Els Estanys.
- Alt del Cid (vèrtex i trinxeres) i Muntanya Blanca.
- Tossal del Castell, torres, ruïnes, aljubs, nius de metralladora i búnquers, línia defensiva xyz.

Punt d'eixida de la ruta: Estanys d'Almenara, zona de pàrquing a les 9h.

Punt de finalització de la ruta: Estanys d'Almenara, zona de taules, per a menjar de pícnic.

S'estima que la ruta tindrà una duració de 6 hores.

Es recomana roba i calçat de muntanya. Mirar el traçat de la ruta. Aigua abundant i menjar. Es menjarà en finalitzar la ruta, en Els Estanys.

La ruta tindria 13 km de recorregut més o menys i 536m de desnivell. Ruta per a gent que estiga acostumada a caminar.

- Persones majors: 5€ federades - 14€ no federades
- Persones menors: gratis federades - 7€ no federades

Els diners de les inscripcions es destinarà al grup **GEICAM, INVESTIGACIÓ EN CÀNCER DE MAMA**.

INSCRIPCIONS AÇÍ