

## CONCENTRACIÓN DE ESCALADA FEMENINA EN SELLA (ALICANTE)

La concentración tendrá lugar en Sella al ser una zona con mucha variedad de vías de escalada y por tanto con grados diferentes y variedad de sectores, tanto de placas como de desplomes para principiantes y para más expertas.

La actividad estará dirigida especialmente al público femenino para fomentar su participación, permitiendo en todo caso la asistencia al público masculino.

El fin de semana se hará vivac o se dormirá en furgonetas, también hay posibilidad de quedarse a dormir en casas rurales en el mismo pueblo. La comida correrá a cargo de las participantes, pero mi idea es que cada una se lleve lo que quiera y después compartamos todo (si os parece).

Para poder realizar la iniciación a la escalada con los monitores es necesario estar federada, aunque para asistir no es imprescindible y tampoco para las técnicas de relajación.

Nos veremos enfrente del refugio a las 9:00 h el 22 de Octubre, en el parking.

**Fecha:** 22 y 23 de Octubre 2011

### SÁBADO Y DOMINGO DE OCTUBRE

#### **SÁBADO**

*INSCRIPCIÓN 9:00 – 9:30 h*

*INICIACIÓN A LA ESCALADA 10:00 – 14:00h*

*DESCANSO PARA COMER 14:00 – 16:00 h*

*TÉCNICAS DE RELAJACIÓN 18:30 – 19:30 h*

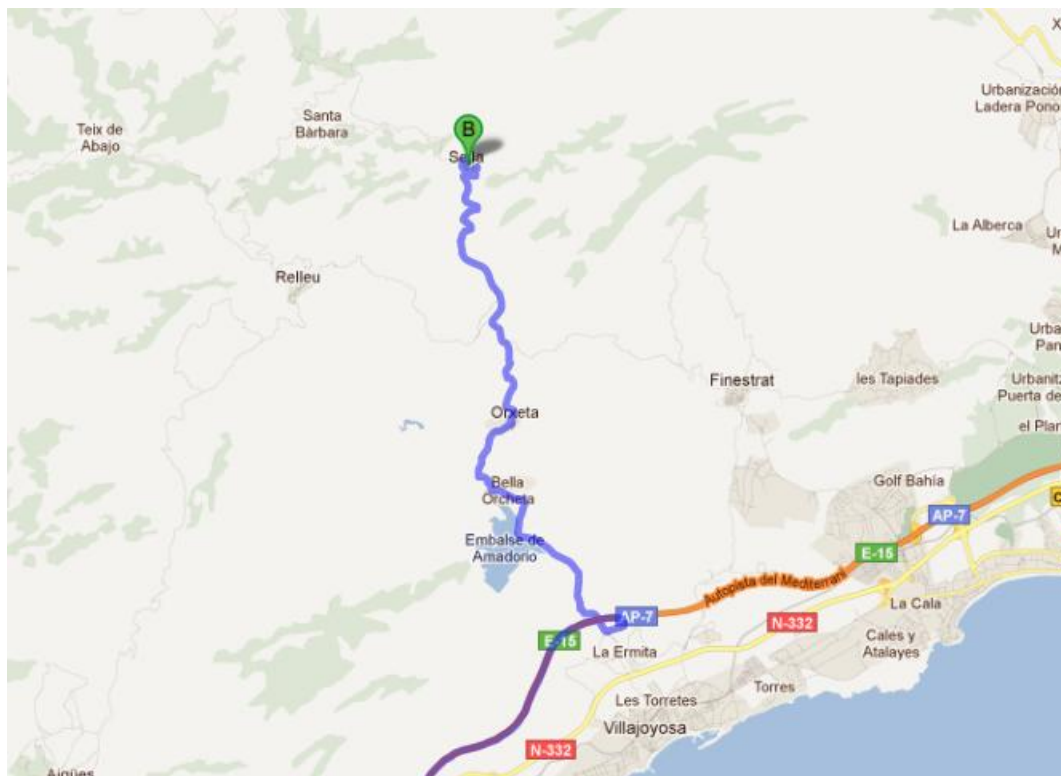
#### **DOMINGO**

*INICIACIÓN A LA ESCALADA 9:00 – 14:00 h*




*CLAUSURA 15:00 h*



### Como llegar:



- |   |  |                              |
|---|--|------------------------------|
|   | 1. Dirígete hacia el suroeste en Plaza del Ayuntamiento hacia Calle del Pórtico de Ansaldo | avanza 70 m<br>total: 70 m   |
| ↶ | 2. Gira a la izquierda hacia Calle del Capitán Meca  | avanza 58 m<br>total: 130 m  |
| ↶ | 3. Gira a la izquierda hacia Calle de San Fernando   | avanza 67 m<br>total: 200 m  |
| ↷ | 4. Gira a la derecha hacia Calle de Cervantes  | avanza 67 m<br>total: 260 m  |
| ↶ | 5. Gira a la izquierda hacia Av de Juan Bautista Lafora/N-332<br>Aprox. 2 min              | avanza 700 m<br>total: 950 m |
| ↷ | 6. Toma el ramal e incorpórate a Av de Denia/N-332   | avanza 3,9 km                |

	Pasa una rotonda	total: 4,9 km
	Aprox. 6 min	
	7. Toma el ramal en dirección E-15/AP-7/Murcia/Valencia/Madrid/A-31/V-31/A-7	avanza 550 m
		total: 5,4 km
	8. En la bifurcación, mantente a la derecha e incorpórate a A-70 Carretera parcialmente con peajes	avanza 8,2 km
	Aprox. 6 min	total: 13,6 km
	9. Continúa por AP-7. (indicaciones para Valencia) Carretera con peajes	avanza 2,0 km
	Aprox. 2 min	total: 15,6 km
	10. Tome la salida en dirección AP-7. Carretera con peajes	avanza 16,2 km
	Aprox. 9 min	total: 31,9 km
	11. Toma la salida 66 hacia La Villa Joiosa/Villajoyosa Carretera con peajes	avanza 350 m
		total: 32,3 km
	12. Continúa recto Carretera con peajes	avanza 280 m
		total: 32,5 km
	13. En la rotonda, toma la primera salida e incorpórate a CV-770 en dirección Sella/Orxeta/Relleu	avanza 12,6 km
	Aprox. 15 min	total: 45,2 km
	14. Gira a la izquierda hacia Ctra de Alcoy/CV-770 Continúa hacia CV-770	avanza 500 m
		total: 45,7 km

---

Aprox. 1 min

---



15.

Gira totalmente a la derecha hacia Carrer de Projecte 1

avanza 42 m

total: 45,7 km

---



16.

Gira ligeramente a la izquierda hacia Carrer de València

avanza 16 m

total: 45,7  
km

---



17.

Gira a la derecha para continuar en Carrer de València

avanza 120 m

total: 45,8 km

---



18.

Gira a la izquierda en Carrer de les Voltes

avanza 45  
m

total: 45,9  
km

---



19.

Toma la 1ª a la izquierda hasta Carrer de Sant Vicent

avanza 12  
m

total: 45,9  
km

---



Sella