



JORNADES

DONA I MUNTANYA

BENISSA (ALACANT)

5 i 6 octubre 2024



Fins al 2 d'octubre

**INSCRIPCIONS
OBERTES**



LIDERADES PER DONES, OBERTES A TOTS/ES.

Des de rutes de senderisme fins a tallers i documentals.
No hi haurà temps per a l'avorriment!

Descansarem en l'acollidor **Alberg Juvenil Abargues** i el sopar del dissabte en el deliciós **Restaurant Fonda Xoxim**.

Col·laboren:





JORNADES

DONA I MUNTANYA

BENISSA (ALACANT)

5 i 6 octubre 2024

Inscripcions

Els preus de les jornades de Dona i Muntanya:

- Persones majors **FEDERADES 28 €**
- Persones majors **NO FEDERADES 45 €**
- Persones menors de 13 **FEDERADES 26 €**
- Persones menors de 13 **NO FEDERADES 42 €**

Obertes fins al **02 d'octubre** en www.tienda.femecv.com

En el preu està inclòs l'allotjament, desdijuni i sopar, així com una **col·laboració de 5€ a Geicam**, entitat líder en investigació en càncer de mama a Espanya, amb la qual la nostra federació col·labora.

Col·laboren:



ATLEET



Olvarado

TANGOS
ENLAROCA.COM

GEicam
investigación en
cáncer de mama

deportes
AITANA

Carlos Esteban
Osteopatía Avanzada

Espais habilitats

Allotjament en Alberg Juvenil Abargues

Habitacions amb lliteres i bany fora de l'habitació. El preu no inclou els llençols ni les tovalloles.

Ctra. Moraira a Calpe, s/n, 03710 Calpe, Alicante

Reunions en el Centre d'Excel·lència de Benissa

Calle de Escoto, 98, 03720 Benissa, Alicante

Sopar del dissabte en el Restaurant Fonda Xoxim

Preu menú 12,00 €, inclosa 1 beguda
Calle Orxelles, 36, 03720 Benissa, Alicante

Dissabte 5 d'octubre

09:00 Recepció inscrites

Centre d'Excel·lència de Benissa.

11:00 Taller primers Auxilis a càrrec de Marina Yemeeva.

Escaladora, infermera i vocal de Dona i Muntanya al Centre d'Excel·lència de Benissa.

14:00 Pausa, menjar i temps lliure per a conèixer Benissa.

19:00 Documental d'"Aconcagua en femení" a càrrec de les integrants d'Astrid Garcia i Amelia Bella del club Muntanyenques Adebán.

Centre d'Excel·lència de Benissa.

20:00 Taula redona sobre seguretat en muntanya, amb el lema "La seguretat en primer lloc."

Rosa Real, Alpinista; **Marina Yemeeva**, escaladora y infermera; **Verónica Perona**, Tècnica en Ba rancs i Aperturista; **Esmeralda Ruiz**, Sotstinent d'infanteria d'Exèrcit de Terra del grup d'Operacions especials "Terç de l'Empordà" IV MOE.

Centre d'Excel·lència de Benissa.

21:30 Sopar amb sorteig de regals

Restaurant Fonda Xoxim

Diumenge 6 d'octubre

09:00 Ruta ecològica de senderisme Calpe-Benissa per les diferents cales a càrrec del club Margalló. (10 km aprox.)

Eixida des de l'alberg. **En finalitzar la ruta, sessió de loga a la platja** a càrrec de Marta Montero, de Sinergia Terapèutica.

Material a aportar: estoreta de ioga

