



SELLAREN JAITSIERA ETA XENZALETASUNA LLANESEN

Maiatzak 23 eta 24, larunbata eta igandea.

Ordutegia: irteera, 7:00etan; itzulera, 19:30ean (gutxi gorabehera).

Tokia: autobus geltokia.

Hauek eraman behar dira: nork bere bainatzeko bainujantzia, eskuoihala, bustitzeko oinetako itxiak, arropa eroso kirola egiteko eta lehenengo eguneko afaria eta bigarreneko bazkaria .

Ezinbestekoa da igeri egiten jakitea.

Larunbata. Bidaia. Materialaren banaketa eta piraguaz ibaiak jaisteko oinarritzko azalpenak.

Sella ibaiaren jaitsiera, bazkaria barnean (piknik poltsa).

Arriondaseko instalazioetan duxatuko gara.

Ribadeselletik ibilalditxo bat egin eta Llanesera joango gara.

Ostatua: "Albergue La Estación de Llanes"
(<http://alberguelaestacionllanes.net/>)

Logelek izarak eta burusiak dituzte, baita wifi ere.

Logelak betetzeko taldeak egingo dira

Afaria (ez dago barnean), baina ostatuak bere jantokia utziko digu

Gaueko ibilaldia eta ezagutza-jolasak

Igandea. Gosaria (barnean).

Bisita:Llanesera joango gara.

Xendazaletasuna PRren bidez: Llanesetik Poo de Llanesera eta buelta. Bazkaria, Poo de Llanesen (ez dago barnean).

Poo de Llaneseko hondartzan jolasak eta bainua.

Gasteizera itzultzea..

DESCENSO DEL SELLA Y SENDERISMO EN LLANES

23 y 24 de mayo, sábado y domingo.

Horario: salida: 7:00, regreso aproximado a las 19:30.

Lugar: estación de autobuses.

Hay que llevar: cena del primer día, comida del segundo día (pasaremos por Ribadesella dónde se podrá comprar pan) ropa y calzado cómodo para actividades deportivas, bañador, toalla y zapatillas que se puedan mojar.

Es necesario saber nadar.

Sábado. Viaje. Llegada a Arriondas.

Reparto de material y explicación de nociones básicas en el descenso en piragua. Descenso del sella con comida incluida (bolsa de picnic).

Ducha en instalaciones de Arriondas.

Paseo por el pueblo costero de Ribadesella.

Traslado a Llanes.

Estancia en el albergue La Estación de Llanes
(<http://alberguelaestacionllanes.net/>).

Habitaciones con sábanas y mantas (se harán grupos para completar habitaciones).También wifi

Cena en el albergue (no incluida) se facilitará el comedor.

Paseo nocturno y juegos de conocimiento.

Domingo. Desayuno (incluido).

Visita a la localidad de Llanes.

Senderismo por PR. Llanes-Poo de Llanes (costa cantábrica). La comida, en Poo de Llanes no está incluida..

Juegos y baños en la playa de Poo de Llanes.

Regreso a Vitoria-Gasteiz..