



OXIGÉNATE

13 de Marzo..... Valle de Panazal (Recorrido de los sherpas)

INFORMACIÓN ÚTIL

ANTES DE INICIAR LA RUTA:

La salida será el Domingo 13 de Marzo a las 8:20 de la mañana desde Villamañan (parada de bus habitual) y a las 8:30 de Valencia de Don Juan (Pabellón de deportes) y pondremos rumbo hacia San Emiliano, donde realizaremos la parada de café y baño, en el bar Ubiña, pero antes para los que quieran salir desde León ciudad, realizaremos una parada frente al Hospital de San Juan de Dios a las 9:15 aproximadamente

Después del café y baño en San Emiliano, subiremos de nuevo al autobús que nos llevará a Villafeliz (punto de inicio de la ruta).

INFORMACIÓN TÉCNICA DE LA RUTA:

DISTANCIA.-16 Kms aprox.

DESNIVEL.- 571mts positivos (no muy exigente técnicamente pero si bastante larga)

DIFICULTAD.- Moderada por su distancia.

DURACIÓN DE LA RUTA.- Distinguiremos dos partes....la primera parte será desde Villafeliz (punto de partida) hasta los Navares (zona del campamento base de la Babia Sherpa Tour) que son aproximadamente 9kms y donde se concentra prácticamente toda la subida de la ruta sobre todo al inicio de la misma, en esta primera parte atravesaremos el majestuoso valle del Panazal y emplearemos aproximadamente 3 horas y media en completarla.

Una vez en los Navares y con las dos Ubiñas de frente, aprovecharemos para realizar la comida principal (bocata) y después iniciaremos la segunda parte, que sería realizar la primera jornada que tendrán que hacer los Sherpas que participen en la Babia Sherpa Tour y estamos hablando de unos 7kms de recorrido que nos llevará desde los Navares, puertos de Naves, hasta San Emiliano (como la haremos en el sentido contrario de la ruta de los sherpas, será todo cuesta abajo y por tanto en menos de dos horas la habremos completado)

Esta ruta solo irá liderada por José Manuel (no vendrán mas monitores) y se requiere tener un aceptable estado de forma, también tener en cuenta que por la duración de la misma no existirá la opción de comer de restaurante...como se indicaba anteriormente **se comerá en plena ruta.**

DESPUES DE LA RUTA:

Una vez finalizada la ruta (a las 17:00 horas aprox) nos recogerá el bus en San Emiliano y junto con el grupo de los que hicieron la ruta mas corta, pondremos rumbo de nuevo a Veguellina (si acabamos la ruta un poco antes y nos da tiempo a una cerveza-refresco o agua, pues fenomenal).

RECOMENDACIONES: Lo habitual cuando se va a la montaña.....ropa de recambio, (que dejaremos en el bus) y como vamos a comer en plena ruta alguna cazadora o cortavientos para no quedarnos helados mientras comemos el bocata en los Navares.

*MUY IMPORTANTE.....será obligatorio el uso de mascarilla durante el viaje en autobús. (en la ruta al ser un espacio abierto, su uso será voluntario).