

MATINALS DEL CEG – REGLAMENT DE PARTICIPACIÓ

Organitzem caminades entre setmana per les serralades properes a Barcelona. Els desplaçaments fins al punt de sortida i arribada de la ruta és amb transport públic. Normalment fem entre deu i catorze km, invertim unes tres o quatre hores caminant, el temps total sempre és més ja que parem a fer un petit mos a mig camí, el desnivell normalment és d'uns quatre-cents metres, a vegades una mica menys i a vegades el superem. Es fan tot tipus de camins, pista forestal, senders i corriols. Sortim entre vuit i nou del matí i arribem a Barcelona entre dues i tres de la tarda. Tothom ve esmorzat de casa.

- Les persones que proposen les sortides només fan la funció de coordinació, en cap cas es tracta de sortides guiades, cada participant ha de ser autònom per a fer l'activitat.
- Els participants assumeixen que estan capacitats per dur a terme l'activitat i que els coordinadors no assumeixen cap responsabilitat en cas d'accident o incidents que es puguin produir.
- Cal respectar el bon funcionament del grup i col·laborar en la mesura del possible en les tasques de preparació de les sortides.
- Les persones que proposin una activitat ho comunicaran a tot el grup de Matinals a través del correu electrònic, informant de la fitxa tècnica: distància, desnivell, dificultat, hores de durada, lloc i hora de trobada i el mitjà de transport.
- Els dies d'activitat són els dimecres, els coordinadors poden proposar altres dies de sortida, si s'escau.
- Per participar a les sortides cal ser soci o sòcia del CEG, els no socis poden participar a partir de la invitació d'un soci.
- Per participar cal tenir la targeta Federativa (modalitat A) o altra de similar que cobreixi accidents de muntanya.
- És obligatori portar el material de muntanya necessari per a l'activitat: calçat, roba, motxilla, aigua i mascareta...
- Cada setmana es comunica als membres del grup la proposta de sortida, per confirmar la participació caldrà omplir el formulari d'inscripció.
- Per formar part del Grup de Matinals podeu enviar un correu a matinals@cegracia.cat