

# INSCRIPCIONES

Las inscripciones se realizarán a través de la web de Os Sendeiros:

[www.ossendeiros.es](http://www.ossendeiros.es)

Para participar en la 48 Reunión y Marcha Anual de Deportistas con Veteranía del Centenario de la FEDME 2022 **es imprescindible:**

- Disponer de la licencia FEDME del año 2022.
- Tener cumplidos los 40 años a 8 de Octubre de 2022.

**Para asistir a las actividades senderistas opcionales** será preciso estar en posesión de licencia FEDME o Autonómica del año 2022.

## PRECIOS

- Deportistas con licencia FEDME: **38€ hasta el 30 de junio 2022.**
- Deportistas con licencia FEDME: **43€ hasta el 31 de agosto 2022.**
- Deportistas con licencia FEDME menores de 40 años mismo precio que Deportistas con Veteranía. **Para participar en actividades senderistas opcionales y cena, desayuno y comida.**
- Deportistas con licencia autonómica: **38€ hasta el 30 de junio y 43€ hasta el 31 de agosto. Para participar en actividades senderistas opcionales y cena, desayuno y comida.**
- Acompañantes sin licencia FEDME o Autonómica que deseen participar en **la cena, desayuno, comida y visita turística: 31€ hasta el 31 de agosto.**

**LIMITE 600 PLAZAS.**

## INFORMACIÓN

Teléfonos contacto: **Roberto, 670369017. Laura, 606718482.**

Email, [ossendeiros@yahoo.es](mailto:ossendeiros@yahoo.es).

Cubrir el formulario de inscripción y remitirlo junto con el justificante de pago por email.

**Nº cuenta: ES 62 0081 2287 6600 0113 9821 Banco Sabadell.**

# **PROGRAMA**

## **Viernes 7 de Octubre**

Desde las 18:00 y hasta las 21:00 recepción y entrega de la documentación y acreditación a las Personas asistentes, **en el pabellón colegio Martínez Otero.**

## **Sábado 8 de Octubre**

**8:00** de la mañana y hasta el inicio de la Reunión anual de Deportistas con veteranía, recepción y entrega de la documentación y acreditación a las Personas asistentes, **en el pabellón colegio Martínez Otero.**

**20:00** Comienzo de la Reunión anual de Deportistas con veteranía **en el salón de actos del colegio Martínez Otero.**

Tras finalizar la Reunión se realizará una **merienda-cena** de confraternización de las Personas participantes. Para posteriormente disfrutar juntos de una **QUEIMADA.**

--Otras actividades opcionales del sábado 8 de Octubre:

**8:30 Salida en autobuses del puerto Foz** hacia el inicio de las rutas complementarias, Ruta Pena Abaladoira – Fervenza Escouridal, Alfoz, ruta Canal dos Canoura – Pozo Toréz, Ferreira.

Comida cada uno por su cuenta.

**16:00** Visita a la feria de la miel de Ferreira do Valadouro.

## **Domingo 9 de Octubre**

**7:30** Y hasta la hora de salida, **desayuno** para todas las Personas participantes, **en el pabellón del colegio Martínez Otero.**

**8:30** Salida de los autobuses del puerto de Foz hacia el inicio de la Marcha Anual larga de Deportistas con Veteranía del Centenario de la FEDME 2022, ruta Froxeira – Virín Foz.

**9:00** Salida de los autobuses del puerto de Foz hacia el inicio de la Marcha Anual corta de Deportistas con Veteranía del Centenario de la FEDME 2022, ruta Froxeira - Foz.

**14:30** Entrega de trofeos.

**15:00 Comida oficial** de la Marcha Anual de Deportistas con veteranía del Centenario de la FEDME 2022, **en el pabellón colegio Martínez Otero.** Comida típica de feria gallega.

--Otras actividades opcionales del domingo 9 de Octubre:

**8:30 Salida en autobuses del puerto Foz** hacia el inicio de las rutas complementarias.

**10:00** La ruta turística para acompañantes, saldrá del puerto de Foz. Para visitar los distintos puntos de interés de Foz.

### Lunes 10 de Octubre

--Otras actividades opcionales del Lunes 10 de Octubre:

**8:30 Salida en autobuses del puerto Foz** hacia el inicio de las rutas complementarias, ruta da Agua e Supena, Mondoñedo y ruta da Fragavella, Mondoñedo.

Comida cada uno por su cuenta.

**16:00** Visita a Mondoñedo, sus museos y artesanos.

### Martes 11 de Octubre

--Otras actividades opcionales del Martes 11 de Octubre:

**8:30 Salida en autobuses del puerto Foz** hacia el inicio de las rutas complementarias, Senda Costera Barreiros las Catedrales.

Comida cada uno por su cuenta.

**16:00** Visita a Ribadeo teatralizada.

### Miércoles 12 de Octubre

--Otras actividades opcionales del Miércoles 12 de Octubre:

**8:30 Salida en autobuses del puerto Foz** hacia el inicio de las rutas complementarias, ruta das Minas, a Pontenova y ruta das Reigadas, a Pontenova.

**La organización, por motivos de fuerza mayor o imprevistos, se reserva la capacidad de alterar el programa y los horarios.**