

CLUB TRAIL LAS CABRAS AZULES

TEMPORADA 2023 (enero- diciembre)



SALIDAS A LA MONTAÑA Y ENTRENOS

SALIDAS A LA MONTAÑA

Las salidas se distribuirán en **2 niveles**:

- ✓ **Carrera o trail running.** Salidas de trail running con distancias entre 10 a 25 kms. Duración aproximada de 2 a 4 h con desniveles de entre 800 a 1.500 m). Este grupo estará dividido en 3 niveles: ruta corta, intermedia y larga.
- ✓ **Senderismo.** Grupo de paseo alegre, donde se harán rutas de desnivel moderado y cuya finalidad es disfrutar del entorno. * *Los niños podrán asistir a partir de 12 años acompañados de un adulto.*

El calendario de salidas estará programado con un mínimo de 2 meses de antelación. Habrá siempre un mínimo de 2 salidas al mes:

- ✓ 22 salidas a la montaña al año (paramos en agosto).
- ✓ Descuentos en los principales circuitos trail de Madrid: Iberika Trail y ZimaZero Trail.
- ✓ La cuota de socio incluye camiseta técnica y buff de montaña.

ENTRENOS

- ✓ 45 entrenos al año en **El Pardo**:
 - Rodaje de 40-60' por niveles (miércoles 20:00).
 - Entrenos técnicos de adaptación a la montaña por niveles. (viernes 18:00 o sábados 09:00).
 - Entrenos de fuerza (viernes 18:00 o sábados 09:00).

Más info: trail@lascabrasazules.com

TIPO DE SOCIOS

(enero-diciembre)

SÚPER SOCIO (1) 139 €/anual

- +6€ cada salida si no estás federado.
- Sin Licencia federativa.
- Todas las salidas a la montaña (2/mes)
- Todos los entrenos semanales (4/mes)
- Camiseta técnica de entreno y buff (Tuga) **(NEW)**
- Acceso a los canales de comunicación del club (grupo wassap y RRSS).
- Descuento exclusivo en los circuitos "Iberika Trail" y "ZimaZero Trail"

SÚPER SOCIO (2) 205 €/anual

- Licencia federativa autonómica (la gestiona el club).
- Todas las salidas a la montaña (2/mes)
- Todos los entrenos semanales (2/mes)
- Camiseta técnica de entreno y buff (Tuga) **(NEW)**
- Acceso a los canales de comunicación del club (grupo wassap y RRSS).
- Descuento exclusivo en los circuitos "Iberika Trail" y "ZimaZero Trail"

SÚPER SOCIO (3) 219 €/anual

- Licencia federativa nacional (la gestiona el club).
- Todas las salidas a la montaña (2/mes)
- Todos los entrenos semanales (2/mes)
- Camiseta técnica de entreno y buff (Tuga) **(NEW)**
- Acceso a los canales de comunicación del club (grupo wassap y RRSS).
- Descuento exclusivo en los circuitos "Iberika Trail" y "ZimaZero Trail"

SALIDA PUNTUAL 12€/salida (+6€ sin no estás federado)

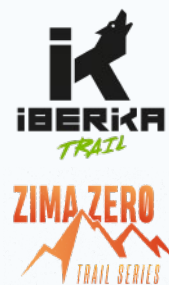
Incluye seguro de montaña de 1 día y coordinador en el nivel que elijas.



Camiseta técnica **TUGA** con tejido subliminado



BUFF de montaña



ACUERDOS exclusivos para nuestros socios con los circuitos "Iberika Trail" y "Zima Zero trail"



TARIFAS LICENCIAS FEDERATIVAS 2023 (PARA CLUBES)

12 meses (1 enero - 31 dic)

LICENCIAS		INFANTIL	Familiar** INFANTIL	JUVENIL	Familiar** JUVENIL	MAYORES TÉC./ÁRB.
AU COMUNIDAD DE MADRID	FMM	19,00 €	12,00 €	35,00 €	18,00 €	67,00 €
A SENDERISMO	FMM	23,00 €	15,00 €	37,00 €	20,00 €	76,00 €
B NACIONAL	FMM	24,00 €	16,00 €	41,00 €	22,00 €	80,00 €
C EUROPA-	FMM	33,00 €	20,00 €	62,00 €	33,00 €	131,00 €
D MUNDO HASTA 7.000 m.	FMM	52,00 €	29,00 €	97,00 €	50,00 €	191,00 €
E MUNDO MÁS DE 7.000 m.	FMM					858,00 €
EXTENSIÓN FEDME +		1,00 €	1,00 €	6,00 €	6,00 €	13,00 €

D Plus < 7000 m	301,00 €
E Plus > 7000 m	971,00 €

Infantil: de 0 a 13 años
Juvenil: de 14 a 17 años
Mayor: de 18 a 89

6 meses (1 mayo - 31 oct)

LICENCIAS - España		JUVENIL	MAYORES
A6 Senderismo	FMM	27,00 €	47,00 €
B6 Todas las modalidades *	FMM	34,00 €	57,00 €
EXTENSIÓN FEDME +		6,00 €	13,00 €

COMPLEMENTOS			
ESQUÍ DE FONDO	9 €	BTT	31 €
ESQUÍ ALPINO	43 €	SNOWBOARD	59 €

Otoño 3 meses (1 oct - 31 dic)

LICENCIAS	JUVENIL	MAYORES
OT Oct/Nov/Dic. Nac.	30,00 €	47,00 €
EXTENSIÓN FEDME +	6,00 €	9,00 €

Ver todas las características de las tarjetas federativas en www.fmm.es > Federación > Trámites.

** **Familiar Infantil o Juvenil**, cuando el padre o la madre está federado con licencia anual, el hijo/a tiene una reducción en el precio del seguro.

- Las licencias **D Plus** y **E Plus** amplían sus coberturas de: Asistencia sanitaria extranjero: hasta 40.000 € / Gastos de rescate: hasta 30.000 €

- Incluye acuerdo de correspondencia de refugios: Aragón, Cataluña, Navarra y Asturias. (excepto la licencia tipo AU autonómica)

- Descuento de 2 € en las tarjetas que renuncien a la impresión en plástico, disponiendo exclusivamente de la digital.

- Las licencias individuales tienen un descuento de 14 € en las anuales y 10 en las temporales si se tramitan por Club de la FMM.

- No se admiten complementos en las licencias A, A6, B6 y OT









- Los Técnicos y Árbitros tramitan las licencias B, C, D, E.

Tarifas aprobadas en Asamblea General de la FMM del 22 de noviembre de 2022.



Ejemplo calendario 2022

DICIEMBRE

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
28	29	30 	1	2	3	4 
5	6	7	8	9 	10	11 
12	13	14 	15	16	17 	18
19	20	21	22	23 	24	25
26	27	28	29	30 	31	1

Los horarios y lugar de las SALIDAS DE FIN DE SEMANA pueden cambiarse o modificarse en función de las condiciones climatológicas con un mínimo de 48 h de antelación.

trail@lascabrasazules.com



www.lascabrasazules.com