

# CLUB TRAIL LAS CABRAS AZULES

## TEMPORADA 2025

(Enero-Diciembre)



## SALIDAS A LA MONTAÑA Y ENTRENOS

### SALIDAS A LA MONTAÑA

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

- ✓ **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). Esta modalidad estará dividida 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 el mes de agosto).
- ✓ Descuentos en los principales circuitos trail de Madrid: Iberika Trail y ZimaZero Trail.
- ✓ La cuota de socio incluye camiseta térmica de montaña con el logo del club.

### ENTRENOS TRAIL

- ✓ 45/50 entrenos al año en **El Pardo**. Tipos de entrenos:
  - **ENTRENOS TÉCNICOS** de adaptación a la montaña por niveles. (sábados 09:00).
  - **ENTRENOS DE FUERZA** (viernes 18:00 o sábados o domingos 09:00)
  - **RODAJES** de 40-60' por niveles (miércoles 20:00).



Más info: [trail@lascabrasazules.com](mailto:trail@lascabrasazules.com)



## TIPO DE SOCIOS 2025 (Enero-Diciembre)

### **SÚPER SOCIO (1) 149 €/anual**

- +6€ cada salida si no estás federado.
- Sin Licencia federativa 2025.
- Todas las salidas a la montaña (2/mes)
- Todos los entrenos semanales (4-5/mes)
- Camiseta térmica de montaña del club.
- 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) 219 €/anual**

- Licencia federativa autonómica 2025 (la gestiona el club).
- Todas las salidas a la montaña (2/mes)
- Todos los entrenos semanales (4-5/mes)
- Camiseta térmica de montaña del club.
- 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) 239 €/anual**

- Licencia federativa nacional 2025 (la gestiona el club).
- Todas las salidas a la montaña (2/mes)
- Todos los entrenos semanales (4-5/mes)
- Camiseta térmica de montaña del club.
- Acceso a los canales de comunicación del club (grupo wassap y RRSS).
- Descuento exclusivo en los circuitos "Iberika Trail" y "ZimaZero Trail"

### **SALIDA PUNTUAL NO SOCIO 12€/salida (+6€ seguro de 1 día)**

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



Camiseta térmica de montaña del club



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