

# SENDERISMO

## HOCES DEL RÍO DURATÓN - SEPÚLVEDA

**Salida: 6.30 horas. Estación de autobuses**

**Regreso: 17.30 horas, aproximadamente**

**Dificultad: Baja**

**Distancia: 12km.**

**Duración: 3.30 horas**

**Tipo de ruta: Lineal (6km de ida y 6km de vuelta)**

**Nº de plazas: 50**

**Domingo  
19 de octubre 2025**



### **PRECIO DE LA ACTIVIDAD:**

Cuota para los participantes con seguro o federados: 16€, con tarjeta bancaria o ingreso a cuenta.

Cuota para los participantes sin seguro: 16€, con tarjeta bancaria o ingreso a cuenta + 4€ de seguro (en metálico).

**OBLIGATORIO: Estar federado/a o disponer del “seguro de un día”**

### **Inscripciones e información:**

Oficina de Deportes de Consuegra  
678 404 727



### **RECOMENDACIONES:**

Mochila con comida y agua (mínimo 1,5L)  
Calzado adecuado para la actividad  
Ropa adaptada a la previsión del tiempo  
Gorra, protección solar y bastones

La práctica del senderismo y/o montañismo conlleva, en mayor o menor medida, ciertos riesgos inherentes al medio donde se realiza; el estado físico, la técnica y una equipación adecuada son factores en los que podemos incidir para mitigar estos riesgos, por lo que se ruega evaluarnos en función del nivel de la actividad.