



AKTIVITETER för boende i Estepona med omgivning

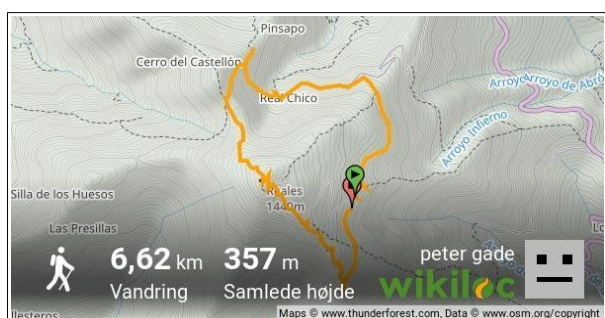
PROGRAM: www.esteponanordico.com/tom/aktiviteter.html

VANDRINGAR



Vandring vid Los Reales fredagen den 13 september

- Vandringen:** Nu är temperaturen på väg att bli OK för några bra turer i bergen igen - så låt oss snöra på oss vandringskängorna och gå upp i dem - bergen alltså. Temperaturen brukar också vara lite lägre där uppe. Jag bjuder in dig på en tur runt vår egen lokala bergstopp i Estepona - Los Reales på toppen av berget Sierra Bermeja. Med sina 1 450 meter är det förmodligen Andalusiens högsta berg i raden av toppar, och är bl.a. känd för sin röda färg som kommer från en vulkanisk stenart som kallas "peridotite" och även känd för den något sällsynta granarten som kallas "pisapo" som bär dessa långsträckta kottar. För oss "lokalbor" är det också känt för den lilla mysiga restaurangen där uppe - Venta El Refugio - och det är just där vi vill avsluta vår tur med en trevlig lunch. Vandringen är ca 6,5 km - ca. 360 meter hög. Tar ca. 3 timmar i lagom takt. En tur som de flesta kommer att klara av – det har jag gjort själv. Ta med mycket vatten + en frukt. Jag räknar med att anlända till ventan ca. kl 13.15 och där avslutar vi tillsammans (på egen bekostnad) med en lunch/öl/vin.
- Förutsättningar:** Medlem i Estepona Nórdico. Rutten har nr.176303426 i Wikiloc. Grova skor och gärna en stav eller 2. Läs mer [Här](#) om vad man ska tänka på när man ska vara med på en vandring.
- Samling:** Vi samlas vid Lidl i centrala Estepona kl. 9:30
Här är en google map-länk till mötesplatsen.
<https://maps.app.goo.gl/QVMUxogiX5FQYRoL9>
Här börjar och slutar vi vid startplatsen Venta El Refugio
Länk till startplatsen: <https://maps.app.goo.gl/KditbjJJR6hwHNtd8>
- Ledare:** Peter Gade – mail: peterg@esteponanordico.com tfn: +4528411949
- Kostnad:** Ingen kostnad. Den som samåker betalar 2 euro till föraren.
- Anmälan:** Anmälan via <https://form.jotform.com/242454544423353>. Dagen innan får du mer information om vandringen.



Observera att vandringen sker på egen risk. Tänk på att ta med det blå kortet, alternativt det spanska hälsokortet och vi rekommenderar att du har en reseförsäkring eller motsvarande om olyckan skulle vara framme.