



CLUB INTEGRAL DE MUNTANYA - VALENCIA

Notícies del mes de febrer de 2005

En este enviament us informem de les eixides preparades per al mes de febrer. Esperem que us agraden i ja sabeu, si voleu proposar alguna eixida no dubteu en posar-vos en contacte amb **Vicent Vilar -963262207**, coordinador de viatges-, o envieu els vostres suggeriments al correu del club que, com sabeu, és cimvalencia@ono.com. Si teniu alguna projecció de diapositives que voleu ensenyar-nos parleu amb la coordinadora de Projeccions i Xerrades **Rosa Artes - 963262207** i si penseu en alguna activitat social telefonau a **Carles Ivars -963 600 289-** que és el coordinador d'activitats socials.

Més avall trobareu les tarifes per a l'any 2005 de les targetes federatives i la quota del club. Tot aquell que vulga la targeta federativa per a l'any vinent, independentment de si la té en l'actual, ha d'enviar un correu a cimvalencia@ono.com o posar-se en contacte per telèfon amb nosaltres per indicar-nos què targeta federativa desitja. La quota del club per a l'any 2005 es carregarà automàticament en el compte de tots els socis que tinguen domiciliat el pagament, llevat que s'indique el contrari. En canvi, no ho farem així per a les targetes federatives i és indispensable sol·licitar-les al club directament.

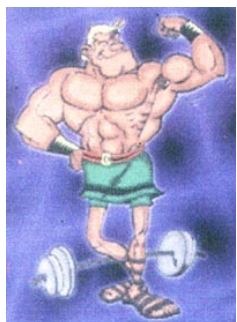
PRÒXIMES PROJECCIONS, XERRADES o REUNIONS

REUNIÓ PREPARACIÓ CALENDARI EIXIDES MARÇ - ABRIL - MAIG- JUNY

Dijous 10 de febrer de 2005

El proper dijous 10 de febrer tindrem la reunió per a la preparació del calendari d'activitats per als propers mesos, març, abril, maig i juny. Esperem les vostres propostes.

Aquesta reunió estarà a càrrec del coordinador d'eixides **Vicent Vilar** el pròxim **jueves 10 de febrer**, a partir de las **21,00** hores, al centre de reunió del club.
Complex Esportiu-Cultural LA PETXINA. No falteu



ESTIRAMIENTO MUSCULAR EN LA ACTIVIDAD DEPORTIVA

Jueves 17 de febrero de 2005

CHARLA sobre estiramiento muscular en la actividad deportiva. Aspectos de interés en la prevención y en secuelas de algunas lesiones de aparato locomotor.

Esta charla estará a cargo de **Amparo M. Assucena** el próximo **jueves 17 de febrero**, a partir de las **20,30** horas, en el centro de reunión del club.
Complex Esportiu-Cultural LA PETXINA. No faltéis

TREKING EN PATAGONIA

Jueves 24 de febrero de 2005

Esta proyección estará a cargo de **Martin Roos** y **Magdalena Rafecas** el próximo **jueves 24 de febrero**, a partir de las **21,00** horas, en el centro de reunión del club
Complex Esportiu-Cultural LA PETXINA. No faltéis



TARJETAS FEDERATIVAS AÑO 2005

Si estás interesado en sacarte la Tarjeta Federativa para el próximo año, envíanos un e-mail cimvalencia@ono.com , o llama al 963263594 Enrique .

La cuota para el año 2005 sigue siendo de **12 €**. La cuenta de ingreso es **Bancaja 2077-0720-81-1101017783**. Llama al teléfono arriba indicado para confirmar el ingreso y dar los datos necesarios. Nombre y apellidos, fecha nacimiento, dirección, código postal, ciudad y número de cuenta completo con los 20 dígitos. Así a partir del primero de cada año pasaremos por banco automáticamente la cuota anual.

Los precios de las tarjetas para el año 2005 son:

Tarjeta	Adultos: a partir de 18 años	Juvenil: desde 14 a 17 años	Infantil: hasta 13 años
A	46,00 €	34,70 €	16,00 €
B1	63,40 €	52,10 €	24,40 €
B2	87,70 €	76,40 €	67,10 €
B3	112,00 €	100,70 €	91,40 €

Esperando verte pronto por el Club y confiando te parezcan sugerentes las propuestas que en la presente te indicamos, recibe un cordial saludo.

BAQUEIRA (EP)



Salida en coches particulares. Alojamiento en Hotel Castieru en Escunau.

- Precio Alojamiento y desayuno viernes y sábado - 56 euros.
- Precio Remontes dos días Baqueira: Adulto 69 euros. Infantil 43 euros.

Avisad a los teléfonos abajo indicados cuanto antes para poder ir confirmando las reservas en el Hotel y gestionar la obtención de remontes.

Coordinadores: Estrella 679809666 Toni 659849870



Divendres 11 al diumenge 13 de febrer de 2005

VALL FOSCA

Com tots els anys hem reservat el refugi 'La Tacita' per la nit del divendres i la del dissabte. Estan inclosos el desdjejuni i el sopar del dissabte al refugi.

El preu total de l'allotjament es de 40 euros.

Si voleu inscriure-vos a la cursa, envieu les dades al coordinador i farem una inscripció conjunta.

La cursa es per parelles i deveu indicar quins son els components si ja ho teniu decidit o si encara esteu sols també, per a emparellar-vos.

Ací mateix la gent que vullga anar a l'eixida i no participar en la cursa ha d'avisar amb la mateixa urgència per a temes de reserva al refugi.

Coordinador: Pepe Bolós - 96 323 08 50 (De 20 a 22 horas)



Diumenge 20 de febrer de 2005

GESTALGAR - CHULILLA

Hora Salida: 8:30 - Lugar: SEAT de la Avda del Cid - Coches particulares

Se trata de un itinerario circular alrededor del último cañón calcáreo del río Turia, cuando ya se abre a la comarca del Camp de Túria. Comenzaremos el recorrido en la Fuente del Morenillo, junto al río Turia y frente a la estación hidroeléctrica de Gestalgar, para subir a la espalda de la Peña María y continuar hacia Hoya Cherales y el balneario de Chulilla. Aquí cruzaremos el río y volveremos por la antigua senda del canal hidroeléctrico -realmente espectacular- hasta los pies de la Peña, donde nos acercaremos a la fuente y regresaremos al punto de partida. **En total, unos 15 kms con un desnivel acumulado de 400 m, prácticamente todo por sendero.**



NOTA: Desde Valencia iremos directamente a la Fuente del Morenillo: veniros con el café tomado y el bocadillo preparado. El trayecto de coche es: Valencia - A3 - Chiva - carretera local a Gestalgar - pista a izquierda (margen derecha río Turia) antes de pasar el puente del río junto a Gestalgar.

Coordinador: isidro 96 371 92 60 (de 20 a 22 h) o en icantari@trr.upv.es

Divendres 25 al diumenge 27 de febrer de 2005

ESQUI DE PISTA EN LA MOLINA

Esquí de Pista en la Molina. Dormiremos en un albergue en las proximidades de la estación. Los precios del alojamiento están todavía por determinar. Salida en coches particulares

El forfait de fin de semana en estación vale 56 euros adultos y 42 euros infantil.

Coordinadores: 96 132 47 99 Rosa y Mariluz 96 326 35 94 .

