

CAMPAMENTO BBR 2024

OPCIONES DE ALOJAMIENTO:

OPCIÓN 1:

- Alojamiento en tienda de campaña tipo canadiense **INDIVIDUAL**, con medidas de 3 metros x 2 metros aproximadamente:
110€/PERSONA.

OPCIÓN 2:

- Alojamiento en tienda de campaña tipo canadiense **COMPARTIDA (DOBLE O TRIPLE)** con medidas de 3 metros x 2 metros aproximadamente:
90€/PERSONA.

OPCIÓN 3:

- Alojamiento en **tienda de campaña PROPIA:**
75€/PERSONA.

¿QUE INCLUYEN?:

- Estancia 3 días y 3 noches (del jueves 20 al domingo 23 de junio) de estancia en el CAMPAMENTO "MONTES UNIVERSALES", situado a 1700m de altitud en el puerto de Orihuela del Tremedal.
- No hay opción de alojamiento de menos días ni más días.
- En el caso de uso de tiendas de campaña del campamento, se podrá hacer uso de colchones de las propias instalaciones.
- Uso de luz compartida para carga de móviles y GPS, aunque se recomienda traer baterías externas.
- Servicio de duchas y aseos.
- Servicio de DESAYUNOS y CENAS de los 3 días (la comida está incluida con la inscripción).
- Limpieza diaria.
- Agua embotellada en todas las tiendas.
- Charlas con personas referentes en el mundo del ciclismo.



- Solamente hay disponibles 20 tiendas de campaña para ofertar. En cada una se podrán alojar, 1, 2 o 3 personas.
- En el formulario de inscripción, indicar alergias e intolerancias.
- Los alimentos que proporcionamos serán los apropiados para la práctica deportiva, ricos en carbohidratos y proteínas.
- Se aconseja llevarse de las tiendas todos los objetos personales mientras el desarrollo de las etapas, además de cuando no se esté presente en el campamento. La organización no se hace responsable de cualquier tipo de pérdida o sustracción.
- Se admiten acompañantes en tienda compartida, y los menores de 4 años no pagan.
- Existe una zona parking en la puerta. No se pueden meter vehículos en la zona de acampada.

MATERIAL RECOMENDADO:

- Linterna.
- Para los colchones, es recomendable traer una sábana bajera de 190x90 Y almohada.
- Al estar en una zona de alta montaña, es muy recomendable traer ropa de cama de abrigo, ya que las noches suelen ser frescas y en ocasiones muy frías. (saco de dormir, sábanas, incluso mantas...)
- Repelente de insectos.
- Tapones para los oídos.
- Candado para la bicicleta.



JUEVES 21 DE JUNIO.



21:00h a 22:30h: Cena.
23:30h: Hora de acostarse.

VIERNES 22 DE JUNIO.

7:30h: toque diana.
8:00h a 9:30h: Desayuno.
9:30h: Briefing personalizado por MILTON RAMOS, **ETAPA 1.**
10:00h: Charla nutricional por LYDIA RUIZ y AMADOR NIETO.
12:00h: Salida 1º corredor. CRI desde Orihuela del Tremedal.
—
19:30h: Briefing personalizado por MILTON RAMOS, **ETAPA 2.**
20:00h Charla nutricional por LYDIA RUIZ y AMADOR NIETO.
21:00h a 22:30h: Cena.
23:30h: Hora de acostarse.

SÁBADO 23 DE JUNIO.

6:30h: toque diana.
6:30h a 7:45h: Desayuno.
8:30h: Salida etapa 2 desde Griegos.
—
19:30h: Briefing personalizado por MILTON RAMOS, **ETAPA 3.**
20:00h Charla nutricional por LYDIA RUIZ y AMADOR NIETO.
21:00h a 22:30h: Cena.
23:30h: Hora de acostarse.

DOMINGO 23 DE JUNIO.

6:30h: toque diana.
6:30h a 7:45h: Desayuno.
8:30h: Salida etapa 3 desde Orihuela del Tremedal.
*Dejar el campamento vacío antes de salir.