

TREKKING

CERRO PABELLON

3730MSNM

SALIMOS DESDE EL CRISTO (TAFI DEL VALLE), SE ENCUENTRA AL LADO DE SAT, DAMOS INICIO AL TREKKING, UNA TRAVESÍA EXIGENTE PERO ESPECTACULAR A LA VEZ, CON VISTAS INCREÍBLES (EL ÑUÑORCO, LA CIÉNAGA, EL MUÑOS, LAS SIERRAS SAN JAVIER, EL DIQUE LA ANGOSTURA, EL MOLLAR Y TAFI DEL VALLE. CON UNA VISTA PANORÁMICA DE 360° PARA NO OLVIDAR LAS CONDICIONES DEL CLIMA DEBEN SER OPTIMAS PARA DISFRUTAR

- **PUNTO DE ENCUENTRO:** HOSTERIA LUNAHUANA
- **DIRECCIÓN:** AV; GDOR CRITTO 540 – TAFI DEL VALLE - TUCUMAN
- **HORARIO DE INICIO:** 7 / 8HS
- **DURACIÓN DE LA ACTIVIDAD:** 8 A 10HS
- **DIFICULTAD FISICO Y TECNICO:** AVANZADO, PUEDE SER MAS EXIJENTE EN RELACION AL TIEMPO, DESNIVEL, VEJETACION, SENDEROS Y SUELOS PEDREGOSOS.
- **DIFICULTAD DEL AMBIENTE:** CON RESPECTO AL SUELO ES PEDREGOSO, RESBALADIZO, VEJETACION FRONDOZA, CAIDA DE PIEDRAS, BADDEOS DE RIOS, PASOS DIFICILES. AGENTES CLIMATICOS: SOL, VIENTO, LLUVIAS, TORMENTAS, NIEVE, CAIDA DE RAYOS.
- **DESNIVEL:** EN ASCENSO: 1446M / EN DESCENSO: 1446 M
- **DISTANCIA TOTAL:** 13.5KM
- **TEMPORADA:** TODO EL AÑO – TEMPERATURA MEDIA 18° / 20°, PUEDE BAJAR EN INVIERNO
- **QUE LLEVAR:**
- UNA MOCHILA MEDIANA (35L), PROTECTOR SOLAR, LENTES PARA SOL, GORRA Y O SOMBRERO, ABRIGO, INDUMENTARIA (DEPENDE LA ÉPOCA DEL AÑO), ROPA CÓMODA, CALZADO DEPORTIVO CÓMODO (SI ES DE TREKKING MEJOR), CÁMARA DE FOTOS, ELEMENTOS PERSONALES (DOCUMENTO, SEGURO MEDICO Y O OBRA SOCIAL), Y MUCHAS GANAS DE DISFRUTAR.

- **OPCIONAL:**
- MATE Y BOMBILLA, LARGA VISTA, LIBRETA DE VIAJE, BOTELLA PLÁSTICA Y O CAMELBACK. MEDICACIÓN PERSONAL.
- **SERVICIOS INCLUIDOS:**
- GUÍAS, EQUIPO GENERAL, BOTIQUÍN, BASTONES, HIDRATACION, SNACKS, ALMUERZO, SEGUROS (A.P Y R.C).
- **RECOMENDACIONES:** BUENO USO DEL BASTON, GAFAS Y TECNICA DE MARCHA
- **GESTION DE RIESGO Y EQUIPO A CARGO DE LOS GUIAS:**
- **1: GESTION DE RIESGO:** AVISO DE SALIDA A BOMBEROS Y OFICINA DE TURISMO. EL RECORRIDO SE REALIZA A NO MENOS DE UNA HORA DEL CENTRO DE ATENCION HOSPITALARIO, EN CASO DE SER NECESARIA UNA EVACUACION SE LLAMARA AL ENTE CORRESPONDIENTE, HABIENDO PUNTOS DE EVACUACION EN TODO EL RECORRIDO, EN CASO DE SER NECESARIO LOS GUIAS CUENTAN CON CAPACITACION PARA LOS PRIMEROS SOCORROS EN MEDIO AGRESTES.
- **2: EQUIPO:** RADIO, CELULAR, GPS Y BRUJULA, LISTA DE SEGURO, DNI, FICHA DE AUTORIZACION Y ASUNCION DE RIESGO, BOTIQUIN, EQUIPO DE RESCATE.



FICHA DE DECLARACION DE SALUD Y

CONSENTIMIENTO DEL DAMNIFICADO

- Nombre y apellido;.....
- Teléfono para contacto..... correo electrónico;.....
- Documento de identidad;.....pasaporte:.....
- Datos de cobertura médica;.....N° de afiliado.....
- Contacto para caso de emergencia;.....N y Apellido.....
- Declaración jurada de aptitud psicofísica; adjunta!!!!
- **Condiciones de salud o médicas específicas tales como por ejemplo relacionadas a:**
 - Alergias: Si....No.....Cual.....,
 - Cirugías: Si....No.....Cual.....
 - Diabetes; Si.....No.....Cual: Tipo 1.....Tipo 2:.....
 - Epilepsia: Si....No.....Detalles.....
 - Problemas cardiovasculares: Si.....No.....Cual:.....
Problemas articulares..... Si.....No.....Cual.....
 - Óseos Si.....No.....Cual.....
 - Restricciones alimentarias:
Si.....No.....Cual:.....
 - Inconvenientes musculares:
Si.....No.....Cual:.....
 - Respiratorios: Si.....No.....Cual:.....
 - De depresión; Si ...No.....Detalle:.....
 - Hipertensión: Si.....No.....Detalle.....
Medicación:.....
Fobias..... Si.....No.....Detalle:.....
 - Euforia o Gravidez: Si....No.....Detalle.....
 - Vértigo: Si.....No.....
- **Reconocimiento de riesgos: Asumo y Entiendo que las actividades de Turismo Aventura en la Montaña tienen riesgo físico y psicológico y debo estar preparado para tal situación y asumo la total responsabilidad de mis actos respetando y cumpliendo con los requerimientos y protocolos de acción y seguridad que aplican los Guías a cargo de la actividad que voy a realizar!!!**
- **Firma:.....Aclaración:.....**