

# I ANDAINA POPULAR ASOCIACIÓN DE VECIÑOS DE COVAS

Sábado día 27 de Outubro

**Hora de saída: 10:00 horas.**

**Lugar de saída e chegada: Local Social.**

**Distancia: 11 Km.**

**Dificultade: Baixa**

**Tempo estimado: 3 horas.**

**O punto de avituallamiento estará situado no aparcamento existente entre as praias de Ponzos e O Medote.**

**Recomendacións:** - Levar calzado cómodo e que xa fose usado con anterioridade.  
- Se o día é soleado usar gorra e protección solar.  
- No caso de choiva levar un impermeable lixeiro.

**Información: Tfno. 680 46 10 08**

**Non e necesario apuntarse con antelación**



# I ANDAINA POPULAR ASOCIACIÓN DE VECIÑOS DE COVAS

Sábado día 27 de Outubro

**Hora de saída: 10:00 horas.**

**Lugar de saída e chegada: Local Social.**

**Distancia: 11 Km.**

**Dificultade: Baixa**

**Tempo estimado: 3 horas.**

**O punto de avituallamiento estará situado no aparcamento existente entre as praias de Ponzos e O Medote.**

**Recomendacións:** - Levar calzado cómodo e que xa fose usado con anterioridade.  
- Se o día é soleado usar gorra e protección solar.  
- No caso de choiva levar un impermeable lixeiro.

**Información: Tfno. 680 46 10 08**

**Non e necesario apuntarse con antelación**



