

NOTAS

- El programa está sujeto a posibles cambios. Se irá informando por redes.
- Todas las salidas senderistas/montañeras y otros eventos anuales están programados conjuntamente por los Clubs Nabaín y Atlético Sobrarbe.
- Imprescindible tarjeta federativa de la FAM en vigor para las salidas montañeras y de esquí de montaña. Se tramitan desde el Club.
- Recomendable tarjeta federativa de la FAM en vigor para las salidas senderistas.
- La Escuela de Judo del CAS desarrolla su actividad en Aínsa y Boltaña durante todas las semanas del curso escolar.
- La Sección de natación realiza curso de iniciación durante los domingos en el Camping Peña Montañesa y posibles quedadas de adultos para practicar natación en Barbastro.
- Cada Sección del Club puede realizar salidas y actividades no recogidas en este planning. Consultar con los responsables.
- Formación (Se irá informando):
 - La Sección de Esquí de Montaña imparte en invierno curso de iniciación.
 - La Sección de Piragüismo imparte en primavera curso de iniciación al kayak.
 - La Sección de Barrancos imparte curso de iniciación.
 - La Sección de Espeleología imparte curso de iniciación.
 - El Club organiza cursos y talleres formativos en montaña.
- El Club dispone de rocódromo de entrenamiento en Aínsa. Su uso está sujeto a inscripción y cuota.
- El rocódromo del polideportivo de Boltaña es de uso libre y gratuito para socios del C.A.S. federados en montaña o espeleo, por convenio con el Ayuntamiento.
- Préstamo de material. El Club dispone de material para préstamo a los socios: Emisoras, raquetas de nieve, piolets, crampones, ARVAs, palas, sondas, arneses, cascots, material de aseguramiento en hielo, tiendas de campaña, piraguas para río y su equipamiento. Para el material de navegación: en el Mesón de L'Aínsa. Resto de material: contactar con Nacho Vidal.
- Biblioteca de montaña. En el local del Club en Aínsa. Para consulta y préstamo: contactar con Jorge Millaruelo.
- Local social "Antigua biblioteca de Aínsa". El local del club está disponible a todos los socios, mayores y jóvenes, que necesiten un espacio para realizar actividades o reuniones. Cuenta con equipamiento audiovisual.
- Programa "Los Viernes en el Club". Organización de talleres, ponencias, proyecciones, etc, algunas tardes de viernes en el local social. Se irá informando.


RESPONSABLES

- **Esquí alpino:** Agustín Muñoz. 649 254 453.
- **Corredores de montaña:** Julián García. 670 376 290.
- **Rocódromo:** Nacho Cifuentes. 629 261 372.
- **Escalada:** Diego Herrera. 681 608 389.
- **Piragüismo:** Javier Gómez. 652 871 388.
- **Espeleología:** Miguel Gil. 656 185 572.
- **Barrancos:** Mauricio Robledo. 648 294 110.
- **Montaña y Esquí de Montaña:** Nacho Vidal. 635 486 486.
- **Judo:** Eva Cuenca. 676 154 015.
- **Ciclismo:** Marcos Prats. 646 303 152.
- **Natación:** Pepo Lagardera. 626 080 431.
- **Chiquicás:** Isabel Santolaria. 669 467 088.
- **Sección juvenil de montaña:** Silvia Benedet. 649 015 980.
- **Biblioteca:** Jorge Millaruelo. 615 954 429.
- **Préstamo de material:** Nacho Vidal. 635 486 486.
- **Presidente del C.A.S.:** Alberto Bosque. 676 411 332.
- **Coordinador General del Club Nabaín:** José Ramón Monclús. 649 383 251.
- **Coordinador Alta Montaña del Club Nabaín:** Enrique Navarro. 678 492 935.
- **Coordinador Esquí del Club Nabaín:** Gabriel Sazatornil. 619 487 143.

DIFUSIÓN INFORMACIÓN

 www.clubcas.com



 Agrega a tus contactos el tfno. del Club: 642 165 672. Manda un mensaje para incluirte.

CLUB ATLÉTICO SOBRARBE
CLUB DE MONTAÑA NABAÍN






PROGRAMA DE ACTIVIDADES









2019







ENERO

-  **18.** Asamblea anual de socios.
-  **19.** Salida con raquetas. Valle de Benasque.
-  **19-20.** Curso de seguridad en terreno de avalanchas.
-  **26.** Jornada social de esquí en Piau.
-  **26-27.** Curso de seguridad en terreno de avalanchas.






FEBRERO

-  **2.** Salida del "Chiquicás". Sarratiás.
-  **3.** Cross de la Ferieta. Aínsa.
-  **9.** Salida senderista. Tozal de Palo-Mediano.
-  **10.** Práctica de seguridad y primeros auxilios en la nieve. Con el GREIM.
-  **16.** Salida con raquetas. Valle de Chistau.
-  **23.** Salida senderista circular. Bolea, ermita Santa Quiteria, Ermitorio rupestre de San Cristóbal, Ermita Virgen de la Peña, Aniés, Bolea.




MARZO

-  **1-2-3.** III Encuentro de Esquí de Montaña Bal de Chistau.
-  **8-9.** Proyección del Tour Mundial del Festival de Cine de Montaña y Aventura de Banff. Palacio de Congresos de Boltaña.
-  **9.** Salida montañera. Por la montaña del Turbón.
-  **23.** Salida senderista. Sierra Gabardiella.





ABRIL

-  **6.** Salida senderista. Secorún-San Urbez de Nocito.
-  **6.** Salida del "Chiquicás". Sestres.
-  **13.** Salida senderista. Por el GR15. Acumuer-Castello de Jaca.
-  **27.** Salida montañera. Pico Baciero.
-  **27-28.** II Concentración de Judo de Sobrarbe. Boltaña.





MAYO

-  **11.** Subida anual a la Peña Montañesa. Club invitado: "Mondarruego", de Torla.
-  **18.** Salida senderista. Por el Canal del Cinca, de Bielsa a Tella.
-  **25.** X Día del Club Atlético Sobrarbe.

JUNIO




-  **8.** Salida montañera. Pico Pene Abeillere (Francia).
-  **14-15-16.** II Pirineos Canyon.
-  **22.** Salida senderista. Por el GR11. Sansanet-Lizara.
-  **29.** X Gran Trail Sobrarbe.

JULIO




-  **4-5-6-7.** Viaje montañero. La Rioja. Sierra de la Demanda, Picos de Urbión.
-  **13-14.** Encuentro en Rioumajou (Francia), con el Club de Montaña de Saint Lary y salida senderista.
-  **20.** Subida anual al pico Nabaín.
-  **27-28.** Salida montañera. Ascensión y vivac en el pico Punta Suelza.







AGOSTO

-  **2-3-4.** Salida montañera. Travesía alrededor de Monte Perdido.
-  **17.** Salida montañera. Pico Bachimala.
-  **31.** Salida montañera. Ibón de Cregüena.





SEPTIEMBRE

-  **7-8.** Salida montañera. Picos Vallibierna y Russell. Pernocta en el Refugio de Llauset.
-  **14.** Corrida de la Cuchara en Aínsa.
-  **21.** Salida montañera. Ibón de Catieras.



OCTUBRE

-  **5.** Salida senderista conjunta con el Centro Excursionista de la Ribagorza. De Sobrarbe a Ribagorza, por el GR1.
-  **18-19-20.** Salida montañera al Pirineo Navarro.
-  **26.** Salida montañera. Fajas Canarellos y Racón en Ordesa.
-  **26.** Salida del Chiquicás.

NOVIEMBRE

-  **9-10.** III Jornadas Montañeras.
-  **23.** Salida montañera. Pico Suerio.
-  **30.** Salida senderista. Por el GR15. Bosque de la Pardina del Señor.
-  **30.** Proyección resumen de salidas del año y cena fin de temporada.

DICIEMBRE

-  **28.** Salida montañera Subida al Pico Nabaín.
-  **31.** San Silvestre Sobrarbense Solidaria. Boltaña.