



Nómina oficial de inscritos Trekking familiar Royal American School

Estimada comunidad Royal: Los saludamos con mucha alegría por el entusiasmo de nuestros padres y apoderados a participar de esta actividad que reunirá a las familias en torno a un espacio natural y de ejercicio físico.

A continuación, informamos la nómina oficial de inscritos:

Nombre estudiante	Nombre apoderado	Curso
Santiago ibarra marti	Mariana marti y rodrigo ibarra	5º básico b
Diego vergara carmona	Andres vergara laso	3º básico b
Emilia vergara carmona	Andres vergara laso	7º básico a
Martin sanchez ibacache	Hugo sanchez vega	3º medio a
Alonso vargas	Paulina ponce león	Prekínder
Cristian aguilera abarca	Bernardo aguilera y marta abarca	6º básico a
Miranda quezada	Joselyn miranda	5º básico b

*Tendremos un cambio de horario. Este encuentro se realizará a las 9:00 hrs.

Recomendaciones a tener en cuenta para realizar Trekking:

El trekking o senderismo, es la práctica deportiva de recorrer huellas hechas por el hombre. Estos caminos se encuentran en selvas, montañas, playas, llanos u otros.

Los parques, reservas y monumentos nacionales se han preocupado de preservar y dar a conocer estos senderos. Este factor ha hecho que el senderismo sea una actividad cada vez más extendida entre los amantes de la naturaleza.

1º Salida Parque Natural Aguas de Ramón

Salto el Peumo

Dificultad: Baja

Duración: 3-4 horas (ida y vuelta)

Altura: 1.100 mnsn

Desnivel: 243 mts

Distancia: 6,7 km ida

Horario de encuentro: 9:00 am (en la entrada del parque)

Fecha: sábado 2 de abril

Tarifa: \$3.000 adultos – niños menores de 12 años \$2.000

Profesor a cargo: Davor Nash . Teléfono de contacto: 569-79567483

Cómo llegar:

El Parque Natural Aguas de Ramón queda en Álvaro Casanova #2583 (ubicada en la comuna La Reina)

Los estacionamientos se encuentran en la entrada del parque.

Descripción del Salto el Peumo:

Este salto es una paseo corto y suave, de gran atractivo para adultos y niños. Presenta descripciones de la flora y fauna y solo toma tres horas realizarlos de ida y vuelta.

Equipo

¿Qué llevar?

Vestuario: La vestimenta depende del tiempo lugar y distancia que tiene el sendero.

- Zapatos de trekking caña alta (tiene que ser cómodos y con agarre)
- Calcetines
- Short o calzas
- Polera dryfit o primera capa.
- Cortaviento o chaqueta con gorro
- Gorro para el sol
- Pañuelo o bandana

Chequeo general:

- Mochila cómoda para guardar la colación y sus accesorios.
- Bloqueador
- Anteojos
- Bastones (opcional)
- Botella de agua (mínimo 1/2 litro)

Alimentación:

- Frutos secos
- Frutas (preferencia plátanos o duraznos)
- Sándwich
- Chocolates
- Jugo isotónico (opcional)