



Ruta Nocturna Cicloturista

<p>Descripción de la Actividad</p>	 <p>Te invitamos a participar en una ruta con tu bicicleta que te llevará a explorar el paseo marítimo de la misericordia y la desembocadura del río Guadalhorce.</p> <p>Antes de comenzar, ofreceremos un taller práctico e informativo para que aprendas cómo realizar un mantenimiento adecuado a tu bicicleta.</p> <p>El monitor, especialista en ciclismo, te enseñará a realizar ajustes básicos, como la correcta presión de los neumáticos, el ajuste de frenos y cambios o la lubricación de la cadena. También recibirás consejos sobre cómo manejar posibles averías durante el trayecto.</p> <p>Se te proporcionará una luz frontal para garantizar tu seguridad durante el recorrido.</p> <p>La desembocadura del Guadalhorce es un lugar ideal para un paseo en bicicleta, con cinco pequeñas lagunas que tienen actividad animal tanto de día como de noche, por lo que disfrutarás de la belleza natural del entorno mientras pedaleas, desconectando por completo en un entorno natural fascinante.</p> 
<p>Fecha</p>	<p><u>Inscripción:</u> Del 17 al 19 de julio</p> <p><u>Realización:</u> Sábado 20 de julio de 2024</p>
<p>Información Básica</p>	<p>Un único turno de 20 plazas</p> <p><u>Hora de inicio:</u> 21h <u>Hora finalización:</u> 0h (aproximadamente)</p> <p><u>Punto de Encuentro:</u> Parque de Calistenia, en el Paseo Marítimo Antonio Banderas https://maps.app.goo.gl/VRM3QVLq2yrGAg2G9</p>
<p>¿Qué haremos?</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Recepción del grupo y presentación de los monitores. - Introducción al mantenimiento básico de la bicicleta. - Fomentar la exploración activa del entorno natural tanto en el paseo marítimo como en la desembocadura fomentando la conexión con la naturaleza. - Promover la actividad física a través del ciclismo, descubrir sus beneficios para la salud y el bienestar general. - Valoración de la actividad.
<p>Ten en cuenta....</p>	<p>Es imprescindible llevar ropa deportiva, tu bici y el equipo de protección para garantizar tu seguridad mientras patinas (casco y protecciones).</p> <p>Te recomendamos que lleves agua para los momentos de descanso.</p>
<p>Requisitos para participar</p>	<p>El programa Alterna en tu Ocio está sujeto a una política de Sanciones recogida en la Normativa de Participación que puedes consultar www.juventud.malaga.eu</p> <p>Es imprescindible estar registrado en la Base de Datos de Juventud para poder participar en el programa, así como tener entre 15 y 35 años. <u>Los menores de edad tendrán que presentar la autorización</u> de uno de sus tutores legales junto a la fotocopia del documento acreditativo (DNI, pasaporte) antes del inicio de la actividad.</p> <p>Podrás participar en la actividad hasta un máximo de cinco minutos pasada la hora prevista de inicio, por lo que se recomienda llegar al lugar de ejecución unos minutos antes del inicio de la actividad. Pasado ese tiempo, la plaza quedará libre a disposición de otros usuarios interesados, sin derecho a ninguna reclamación.</p> <p>Antes de comenzar la actividad tendrás que presentar obligatoriamente el D.N.I. (o cualquier otro documento oficial equivalente)</p>
<p>Si necesitas más información</p>	<p>Puedes contactar con Más Animación: aeto@masanimacion.com</p>