

Pujada a Peu a Montserrat

Dies 5-6 de maig de 2017

ÉS UN PELEGRINATGE DELS LASAL·LIANS VERS LA MARE DE DÉU DE MONTSERRAT

El preu per participant (jove o adult) **12 euros (la curta i directa) i 15 euros (la llarga)** (inclou els viatges d'anada i tornada, més una petita aportació per sufragar totes les despeses de la trobada, l'aportació al Santuari de Montserrat i l'aportació solidària a un projecte de PROIDE).

Pagament pel banc i portar el justificant bancari a secretaria (veure instruccions al web- guia de les famílies, pagament de sortides escolars).

Termini: 21 d'abril.

RUTA LLARGA (Gallifa): Sortida dia 5, divendres a les 15:30h des de la Salle Cassà amb bus fins a Gallifa. Els que es queden a dinar cal que portin tot el que necessiten (15 euros).

PUJAR DIRECTE AMB BUS: Sortida **dissabte 6 a les 9h** des del Parc de l'estació. Allà hi ha la possibilitat de pujar per lliure a Sant Jeroni (12 euros).

RUTA CURTA (Manresa):

Sortida dia 6, **dissabte, a les 6 del matí** del parc de l'estació (puntuals).

TORNADA: Aprox. a les 19h al Parc de l'Estació. (12euros).

HORARI GENERAL

Durant el matí: Tallers i dinàmiques per a infants, descans i convivència a la plaça

(en el lloc que se us indiqui)

A les 14:00h, dinar als espais del Monestir.

A les 15:30h, animació a la plaça del Monestir.

A les 16:00h, pregària de Santa Maria a la Basílica.

A les 16:30h, berenar i hora dels adéus a la plaça del Monestir.

A les 17:00h, comiat i sortida d'autocars.

Organitzen:



La signatura d'aquesta butlleta comporta l'acceptació, per part del participant (i, si és el cas, dels pares), des les normes i indicacions organitzatives que s'assenyalen en la present inscripció i les que determini l'Organització.

inscripció

RUTA: Assenyalen la corresponent

Gallifa 45 km (a partir de 3r ESO) **Manresa 24km** (a partir de 5è EP)

Directe a Montserrat

ELS MENORS DE 10 ANYS HAN D'ANAR ACOMPANYATS D'UN ADULT o D'UN MONITOR

EN/NA _____

(PER ORDRE: Nom i cognoms. *Si us plau en lletres MAJÚSCULES*)

Adreça: _____

Població: _____ Codi Postal: _____

Telèfon de casa: _____ Mòbil del participant: _____

Correu electrònic _____

Data naix.: ___/___/___ DNI (OBLIGAT majors 14 d'anys): _____

Professor/a Alumne/a La Salle _____ Curs: _____ Etapa: _____

Pare/Mare Grup _____ Exalumnes i Simpatitzants

Observacions mèdiques: _____
(al·lèrgies, medicació...)

En cas d'urgència, avisar a: (nom) _____ Mòbil: _____

Aniré amb l'autocar: a l'anada a la tornada anada i tornada no

Autorització

(SI ES TRACTA D'UN/A MENOR D'EDAT)

En/Na _____ amb DNI _____

com a pare/mare/tutor de _____

Autoritzo el meu fill/a a participar de la **40a Pujada a Peu a Montserrat** que organitza La Salle i Joves La Salle Catalunya i que es durà a terme el 5 i 6 de maig de 2017.

Signatura de qui s'inscriu

Autorització dels Pares. Signatura

PER A TOTS ELS PARTICIPANTS

1. La **Montserrat a Peu** és un *pelegrinatge dels Lasal·lians* envers La Mare de Déu de Montserrat. **La Pujada acaba després de la Pregària de Santa Maria** a la tarda amb el berenar i l'hora dels adéus. *No és una cursa esportiva.*
2. Fes cas de les indicacions del teu responsable del Centre i de l'Organització.
3. Porta mitjons de fil o cotó (mai de fibra) i calçat esportiu o botes, mai d'estrena. Pantalons còmodes. (No texans). També pots portar malles.
4. Tingues cura que les ungles dels peus estiguin tallades i rectes.
5. Has de tenir molta cura amb la natura i les deixalles:
TINGUES CURA DEL MEDI AMBIENT.
6. Viu la Pujada amb respecte i germanor vers els altres participants, l'organització i els veïns de les poblacions per on transcorre la marxa.
7. Sigues harmoniós en el parlar i actuar.
8. No es permet l'ús d'aparells sorollosos, música alta, xiulets o botzines.
9. Tampoc és permès portar begudes alcohòliques de cap mena.
10. ENTRENA'T. Cal caminar molt i fer amistat, servei, solidaritat.

11. És obligatori portar l'original de la targeta sanitària personal del SERVEI CATALÀ DE LA SALUT o la Targeta de la Seguretat Social.

Participants de la ruta llarga de Barcelona

12. Porta una motxilla petita pel camí amb impermeable, mitjons de recanvi, **CANTIMPLORA AMB AIGUA** i el sopar i l'esmorzar. També **heu de portar una armilla reflectant.**
13. Posa't d'acord amb un altre company o companya i, junts, prepareu **UNA SOLA MOTXILLA** amb el que necessiteu a Montserrat: sac, el dinar de dissabte, roba. **No hi poseu ampolles de vidre** ni recipients que es puguin fer malbé durant el transport. Aquesta motxilla l'haureu de lliurar, abans de la sortida, al lloc que us indicarà l'organització. En arribar al Monestir, us heu de preocupar de recollir-la als porxos de la Basílica de Montserrat.

Portar aquesta butlleta, degudament omplerta, juntament amb el justificant de pagament a baixa a secretaria.

(retallen per la línia de punts)