

SENDERISMO



Caminata #2:
este DOMINGO julio 14 (10:00am)

INFO

Senderismo ('hiking')



**Hora de salida
= 10:00am**

Caminata #2: este DOMINGO julio 14 (10:00-14:00am)

Este **domingo** a la **10:00am** haremos nuestra próxima caminata (**aprox. 4 horas (18 kms / 11 millas), todo PLANO ('flat, no uphill')**).

Saldremos de Proctor Hall en dirección del centro de Middlebury para irnos "río abajo" (ver mapa pág. 2). Estaremos de vuelta para la cena.

La mitad del camino pasará por bosques (ver mapa, p. 2). No habrá subidas/bajadas. **Ojo:** ¡no habrá baños públicos en el camino! (pero sí habrá muchos árboles ☺). **Ojo:** venga preparado para protegerse de la lluvia. **Ojo:** Esta caminata no es para personas que no suelen practicar algún deporte o senderismo con cierta regularidad.

Saludos de su compa senderista, *Armin S.*

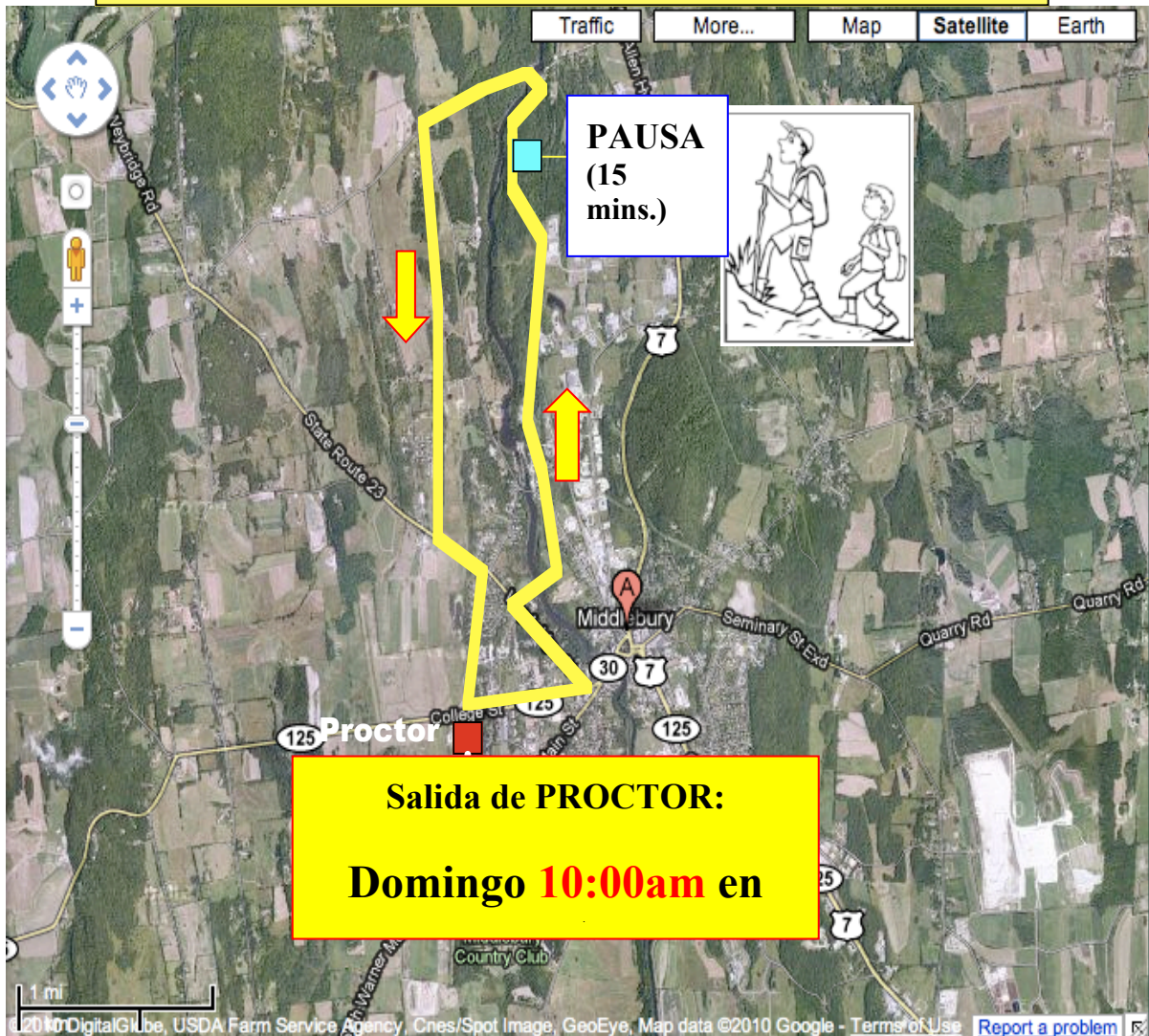


Resumen e info adicional

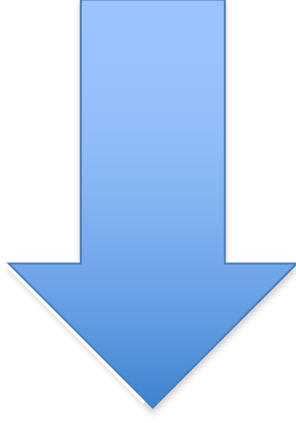
HORA/Lugar:	10:00am <u>en punto</u> (en frente de PROCTOR HALL)
DURACIÓN:	Aprox. 4
INSCRIPCIÓN:	No será necesario inscribirse
DIFICULTAD:	Mediana (grado de dificultad = 6 [de 0-10]) <i>Nota: <u>no</u> es para personas que no suelen practicar algún deporte o senderismo con cierta regularidad.</i>
LUGAR:	ver mapa (saldremos a pie desde Proctor Hall)
PREGUNTAS:	Dirigirse a Armin Schwegler aschwegl@middlebury.edu
DETALLES:	—Un mínimo de 1-2 litros de agua —Zapatos tenis —Una gorra o sombrero —Protección solar + repelente (mosquitos) —Protección en caso de lluvia

Traigan: papel higiénico, cámara + SONRISA.

Caminata #2: **4 horas** **Dificultad = mediana**
ca. 18 km (11 millas)



Se cancelará en caso de lluvia



Expresiones útiles para senderistas

- 1) **plano** ‘flat, not uphill’
- 2) **¿eres deportista?**
- 3) **el repelente**
- 4) **el cansancio** ‘tiredness’
- 5) **siento mucho cansancio**
- 6) **¿Estás agotado/agotada?**
 (‘Are you worn out/tired?’)
- 7) **El senderismo es muy sano.** ☺
- 8) **Me mordió un mosquito.**
- 9) **Se me acabó el agua.**
- 10) **¡Me encanta el senderismo!**

